

COMBIEN DE TEMPS AI-JE AVANT MA COMPÉTITION? · HOW LONG BEFORE I COMPETE?

SELON MON APPÉTIT! · ACCORDING TO MY APPETITE!

| 3H | 2H | 1H | GO! |
|---|--|---|---|
| <p>REPAS COMPLET COMPLETE MEAL</p> | <p>REPAS LÉGER LIGHT MEAL</p> | <p>COLLATION COMPLÈTE COMPLETE SNACK</p> <p>CHOISIR 2 À 3! CHOOSE 2 OR 3!</p> <p>CHOISIR 0 À 1! CHOOSE 0 OR 1!</p> | <p>COLLATION LÉGÈRE LIGHT SNACK</p> <p>CHOISIR 1 À 2! CHOOSE 1 OR 2!</p> |
| <p>Distribué par</p> <p>en collaboration avec</p> | | <p>Produit par</p> | |

Tous droits réservés © Université de Sherbrooke