

Mots croisés : jogging, alimentation, course à pied... par Corinne ROMMING

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I									■	■
II				■						■
III							■			
IV			■		■	■				
V		■	■				■			
VI								■	■	
VII		■	■	■					■	
VIII	■				■					■
IX								■		
X						■	■			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Horizontal

- I. Qu'ils soient simples ou complexes, ils sont indispensables à l'alimentation du coureur. II. Courir en outre-manche. On en fait parfois avec des vitamines en hiver. III. Arrive parfois à la coureuse lorsque son sang est pauvre en fer. Souffrance physique ou morale. IV. Navigateur windows. Année. V. Extension de site web. Possessif. VI. Type de graisse qui fait augmenter le cholestérol qui est à éviter dans l'alimentation. VII. Divague. VIII. Réseau de transport en commun à Nantes. Expulse du gaz par la bouche. IX. Les huiles en sont constituées à 100 %. La tienne. X. Lactique, on l'appelle aussi lactate. On peut la déterminer de plusieurs façons, par exemple en appliquant la formule $220 - \text{l'âge}$ (pour l'homme).

Vertical

1. Quand on court, on en brûle. article féminin. 2. Objectif de Tintin. Contraction soudaine et répétée. 3. Première page. Allocation de Parent Isolé. 4. Celui du coureur sera des plus légers avant course. Refuge de l'oiseau. 5. ou là ! Très longue période. Extension allemande. 6. Déclaration Unique d'Embauche. En course à pied, il vaut mieux garder les pieds dessus. 7. Terminaison du premier groupe. Dieu de l'amour. 8. Moitiés de marathon. Conjonction. 9. Penseur, dans l'antiquité. Et ainsi de suite. 10. Eue. Ante Meridiem.