



#sport #onestesemble #confinement #restezchezvous #plusquesportifs #motivation

Johan Kiangebeni, handballeur professionnel à Vernouillet et capitaine de l'équipe nationale RD Congo revient avec nous sur sa CAN 2020, sa qualification pour les prochains championnats du Monde et son quotidien en confinement. Il partage quelques exercices physiques à reproduire chez soi pour garder la forme... Un coeur à coeur sportif et intime à découvrir dans la série Confinés mais pas Désespérés.

Plus que Sportifs

TopChrétien est une plate-forme diffuseur de contenu de partenaires de qualité sélectionnés. Toutefois, si vous veniez à trouver un contenu vidéo illicite ou avec un problème technique, merci de nous le signaler en [cliquant sur ce lien](#).

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2022 -

www.topchretien.com