

POSTURAL BALL

Séance de groupe

Tous les lundis à 15 h 00 ou à 18 h 45
Au Foyer Rural Place de la Mairie à Elesmes

Mal au dos, stressé : Faites du postural ball



Renforce le dos
Développe la souplesse
Sculpte un ventre plat

Relaxe le corps et l'esprit
Libère les tensions physiques
Améliore la posture corporelle

SIRET 835 097 692 00015 - IPNS

Etre-en-harmonie
Laurence Dutendas

Renseignements au :
06 84 08 61 23

Web: etre-en-harmonie.fr

Facebook : [etre-en-harmonie-Laurence-Dutendas](https://www.facebook.com/etre-en-harmonie-Laurence-Dutendas)

