

Rencontre de rafraîchissement à Réclère



Mieux vivre - avec un plancher pelvien tonifié!

L'entraînement en santé BeBo® aide à maintenir un plancher pelvien tonifié et adapté en apportant des informations précieuses et compréhensibles ainsi que de nombreux exercices utiles et faciles à mettre en application.

Contenus:

**Répétition et nouveautés, div. exercices pour un plancher pelvien sain.
Echange et partage,**

Samedi, 10 mai 2025

Samedi, 4 octobre 2025

10 h - 16 h (pause midi 1h)

***Réclère, salle de gym chez Anita
Le Moitan 18***

100 CHF

➔ Prise en charge possible par les assurances maladie complémentaire

**Plus d'infos et inscription :
tél. 078 / 859 68 95 ou cours@anitajoray.com
www.anitajoray.com**