

Agilité et stabilité au quotidien

Avec l'âge, un entraînement régulier
permet de garder l'équilibre.

Cours et exercices sur
equilibre-en-marche.ch



Equilibre-
en-marche.ch

bfu
bpa
upi

PRO
SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE



Promotion Santé
Suisse