

## Le postural ball apprécié

Animation/santé



Du muscle en musique./Photo DDM R.V.

En fait il y a eu deux stages. Au total, 31 personnes sont venues tester le Postural Ball®. Les participants étaient très satisfaits sur le bien-être ressenti après la séance, malgré le travail profond des muscles qui s'était fait, au travers des différentes postures. Bref une belle découverte d'une activité sport santé pour toutes ces pratiquantes !

Dès la rentrée de septembre 2017, le Postural Ball® sera une des nouvelles activités hebdomadaire de l'association Ma Pause Gym'. Le nouveau planning sera proposé avant le début de l'été.

Contact : Sandra 06-63-00-89-52, le mail de l'association [mapausegym@gmail.com](mailto:mapausegym@gmail.com)

le site : [mapausegym.jimdo.com](http://mapausegym.jimdo.com).

*La Dépêche du Midi*

**PUJAUDRAN VIE LOCALE**

### A lire aussi

Contenus sponsorisés

Recommandé par