

Fit' WAFF

Cours sur gros donnut (bouées gonflables plates) à base d'exercices ciblés sur les muscles profonds et stabilisateurs du corps.

Vous développerez votre votre sens de l'équilibre et améliorerez votre posture.

Un cours doux où vous sentirez le travail effectué le lendemain !

Efficacité garantie, Rendez-vous le vendredi soir à 17h15

