

GUEST OF GRAVITY®

Bon nombre de personnes pratiquent ou désirent pratiquer une activité physique. Golf, tennis, course à pieds, triathlon, fitness et bien d'autres. Il est primordial de préparer le corps de manière harmonieuse et efficace afin d'obtenir le plus de satisfaction possible de sa pratique (entraînement et/ou compétition), ce qui veut dire : être performant sans négliger la prévention des blessures (trop fréquentes en général) et une bonne récupération.

Notre centre offre à ce sujet une méthode unique, basée sur une mobilisation du corps en mouvement, qui progressivement apportera une meilleure synergie articulaire et musculaire depuis les pieds jusqu'à la tête.

Résultat : un corps plus fonctionnel, plus endurant, plus fort et plus performant dans l'activité souhaitée.