
Jura PILATES

RENFORCER VOTRE MUSCULATURE
ET SOULAGER VOTRE DOS

- Soulager les maux de dos
- Favoriser un bon équilibre
- Allonger et tonifier les muscles
- Corriger les défauts de posture
- Développer souplesse et coordination
- Affiner la silhouette

Jura Pilates propose des cours Pilates
sur différents sites des Franches Montagnes
et du Jura bernois.

Corine Estoppey
+41 (0)77 412 12 13
corineestoppey@yahoo.com

www.jurapilates.com