

L'Imoove permet également de simuler les postures et gestes sportifs en améliorant la préparation, la performance physique, et en développant la précision et la puissance du geste.



L'Imoove propose une gamme variée d'exercices :

- Renforcement et coordination musculaire
- Renforcement articulaire
- Stretching dynamique
- Raffermisssement de la sangle abdominale et des fessiers
- Travail des membres inférieurs / supérieurs
- dorsaux....

2 à 3 séances de 45min / semaine

Tarifs :

- la séance **30 euros**
- la carte 10 séances **250 euros**