



Centre Vitalité 85

Thérapies, Fitness, & Bien-être

Soins Individuels & Cours Collectifs

Espace Bien-être : **La Table à Inversion**

La Table à Inversion

C'est quoi L'Inversion ?

L'Inversion est une forme naturelle de traction qui utilise son propre poids du corps en combinaison avec la gravité pour décompresser la pression des articulations portantes. La rotation et suspension du corps tête à l'envers à plusieurs angles de degrés différents donnent un étirement maîtrisé et adaptable.



Les Bénéfices de l'inversion :

- Réduction du mal de dos (lumbago, tensions, hernies...)
- Réhydratation des disques intervertébraux
- Détente des muscles
- Réalignement de la colonne vertébrale
- Récupération après une activité physique intense

La Séance 35€



Votre Santé mérite du matériel professionnel

info@centrevitalite85.fr www.CentreVitalite85.fr Facebook & Twitter
8, rue Emile Raynaud 85430 AUBIGNY tel. 06 68 25 19 87