



Votre défi d'entreprise:

Les pauses actives

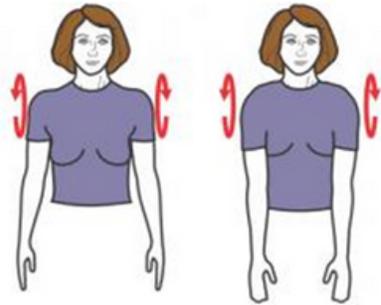
Réaliser 2 à 3 séries

Maintenir la position de
15 à 30 secondes

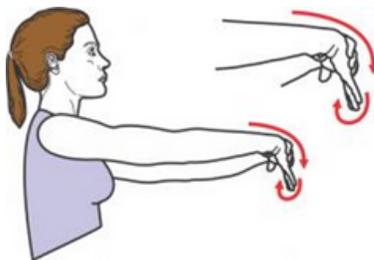
1



2



3



4



5



6



Ergo Consult OT

On passe à l'action... ensemble!
Together... we make it happen!

854 Chemin Canada Road
Edmundston, Nouveau (New) Brunswick
E3V 3X3 Canada
Tél.: 506-735-Ergo (3746)
www.ergoconsultot.com