

Pour une symbiose parfaite entre Corps et Esprit

Professionnelle de la Forme et du Bien-être

Les méthodes que je propose ne sauraient en aucun cas remplacer un traitement médical.

Elles n'ont aucune visée thérapeutique et ne se substituent pas, ni ne s'apparentent à des soins médicaux mais aident aux soulagements de certains maux.

Ces méthodes constituent aussi un soin préventif et d'entretien de la santé.

Plus qu'un programme standard d'exercices, cette technique tient compte de la morphologie de chacun.

C'est un travail de prévention et de renforcement qui s'applique à tous âges et situations : femme enceinte, sportif, lombalgique, pour toute personne qui souhaite entretenir son capital santé sans risque de blessures...

- Brevet d'Etat d'Educateur sportif du 1er degré option Activités Physiques pour Tous
- Méthode Bernadette DE GASQUET
 - ✓ Abdominaux arrêtez le massacre
 - ✓ Abdominaux perfectionnement avec gros ballon
 - ✓ Yoga sans dégâts
 - ✓ Stretch yoga
 - ✓ Exercices spécifiques mal de dos
 - ✓ Exercices spécifiques constipation
 - ✓ Yoga pré et post natal
- MARCEL CAUFRIEZ
 - ✓ gym abdominale hypopressive
- LEADERFIT PILATES
 - ✓ Fondamental
 - ✓ Future maman
 - ✓ Senior
 - ✓ PILATES thérapie
- International Association of Infant Massage
 - ✓ MASSAGE BEBE
- Massage in Schools Programme
 - ✓ MASSAGE ECOLE
- TOUCHLINE® AMMA Massage bien-être
 - ✓ AMMA ASSIS
 - ✓ AMMA ALLONGE
- Brevet Fédéral de la Marche Nordique
- Brevets Fédéraux de la FFEPGV Sport Santé
 - ✓ Parent-Bébé (0-3 ans)
 - ✓ Enfants (3 ans-16 ans)
 - ✓ ADOS
 - ✓ ADULTES
 - ✓ SENIORS
 - ✓ GYM MEMOIRE
 - ✓ EQUILIBRE
- Conseillère en LUMINOTHERAPIE agréé par le centre européen d'information sur la luminothérapie



Corinne PRIOUL

Fondatrice et gérante de SANTEZ VOUS SPORT

Avec le sédentarisme croissant, un quotidien de plus en plus chargé, il est important d'acquérir les bonnes postures pour éviter les blessures et développer certaines pathologies.

En pratiquant régulièrement, vous adopterez des habitudes posturales correctes et saines, qui deviendront alors automatiques et inconscientes.

Mon objectif est de vous accompagner dans un but d'entretenir votre corps pour optimiser votre Capital Santé.