Guérir votre blessure en moins de temps à la formation.

Écrit par Carlos Barbon
Dimanche, 09 Juin 2013 19:01 - Mis à jour Dimanche, 09 Juin 2013 19:23

Remettre de vos blessures en moins de temps grâce à la formation

Il est très important de garder la formation, même lorsque nous sommes blessés, à condition que nous suivons les soins appropriés. En seulement 30 minutes d'entraînement léger, notre corps produit des substances anti-inflammatoires précieux qui contribuent à une récupération plus rapide de blessures.

?