



COMMUNIQUÉ



#BougezChezVous : Les conseils des athlètes périgourdins

Manon Hostens, championne du Monde de canoë-kayak et kinésithérapeute vous propose deux idées de gainage : abdos et lombaires. Découvrez les vidéos postées par nos champions périgourdins qui partagent, dans ce cadre contraint, leur programme d'entretien physique dans un objectif de conseil et de performance sportive.

Publié le 09 avril 2020