

news à découvrir !

Par Conny Schaller



Se la jouer star... avec une nouvelle méthode de gym

Les Toulousaines peuvent enfin s'adonner à la fameuse gym des stars, très tendance aux USA. Le premier Centre Body Pilates vient d'ouvrir ses portes. Une idée de Karine Malabre, ancienne gymnaste qui s'est reconvertie aujourd'hui dans la course à pied. Mélange de yoga, de danse et de gym, la méthode Pilates tonifie le corps tout entier et l'affine visiblement. A vous de juger le résultat !

Centre Body Pilates, 1 rue Escoussières, 06 22 11 90 89
séance gratuite lors des Portes ouvertes du 22 au 24 septembre.