

La marche améliore votre santé parce qu'elle...



MÉLISSA TURCOT

› Spécialiste en conditionnement physique
› Technicienne en diététique

Entraînement privé / Cours de groupe / Conseils alimentaires

melissaturcot.entrainement@hotmail.com

www.facebook.com/melissaturcotentrainementetalimentation

450.502.2811

Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail. (2006). *La marche, toujours le meilleur remède*. Repéré à <http://www.cchst.ca/oshanswers/psychosocial/walking.html>.

Chronique rédigée par Mélissa Turcot, étudiante B.Sc. Kinésiologie, pour le Studio Denise St-Pierre (avril 2015).