



Marie Laure MEULEY  
1 rue St Exupéry  
90400 DANJOUTIN  
0384572181 ou 0683214279  
*Naturopathie, EFT,  
Bio Energétique (méthode  
Acmos)*  
[ml.meuley@orange.fr](mailto:ml.meuley@orange.fr)  
[www.objectif-mieux-etre.fr](http://www.objectif-mieux-etre.fr)

## SmoveyMarche « La santé dans vos mains »



Chaque séance associe la **marche dynamique et des exercices de renforcement musculaire grâce à la vibration des Smoveys\***. A la portée de tous.

Départ du parking principal de l'étang des Forges à Belfort  
Les Smoveys sont fournis (prévoir basquets et tenue de sport)  
Forfait 10 séances : 80€  
**Séance Découverte Offerte**

**Chaque vendredi après- midi de 14h à 15h30**



\*Les **smoveys** sont 2 anneaux de 500g chacun, contenant des billes qui produisent une vibration grâce au mouvement. Cette vibration fait toute la différence avec les exercices classiques : elle stimule la musculature profonde, la combustion des graisses, les éliminations. Elle agit sur les tensions et blocages.