

Sans entraînement, vos muscles fondent dès l'âge de 30 ans. Développez votre force et votre équilibre. Pour réduire le risque de tomber.



Avec le programme d'entraînement dynamique de la Suva. Les exercices de ce programme renforcent les muscles, améliorent l'équilibre et se pratiquent partout. En cas de risque de chute, il vous sera plus facile de garder l'équilibre pour éviter de tomber. Infos complémentaires: suva.ch

suvaliv

Vos loisirs en sécurité