7 avantages du jogging

Augmenter l'endurance de votre corps

Renforce l'endurance

Rend le sommeil meilleur

Stabilise la pression dans le sang

Prévient le stress

Bon pour la santé cardiaque

Permet de rester à son poids idéal

21K de MONTRÉAL

Fred FONDATION RESSOURCES POUR LES ENFANTS DIABÉTIQUES