



Corinne DUSSOUCHET

Gym «plein air»

Gym douce

Gym Pilâtes

Pilâtes Basic

Diplômée de la Fédération Française EPMM Sports pour Tous (Certificat de Qualification Professionnelle) + Formation Pilates Set Studio Paris

Avec une expérience dans le domaine du sport et de l'animation depuis plus de vingt ans Corinne est très attachée au concept Sports Pour Tous, à la bonne humeur et au bien-être que procure une pratique physique régulière. La découverte de la méthode Pilates fut d'ailleurs une révélation puisque la pratique sportive en a été largement modifiée et inspirée avec l'importance du gainage des muscles profonds .

Une posture et une souplesse améliorée, un corps plus fort, un travail équilibré et en conscience et une respiration plus fluide en lien direct avec son corps.