



*Le Chassagnon*  
GITE ET TABLE D'HOTES

## **Sport et Santé - Les bienfaits du VAE**

La pratique du VAE est excellente pour la santé !

*Souplesse musculaire*

*Capacité respiratoire*

*Résistance cardiaque*

*Equilibre*

*Réflexes*

*Anticipation*



*Bien-être*

*Confiance*

*Sérénité*

*Liberté*

*Nature*

*Paysages*

*Offres spéciales pour groupe 4 à 6 personnes !*

Lieu-dit Le Chassagnon - 43300 Mazeyrat d'Allier - 0033 633 33 37 66  
[www.velivelo.org](http://www.velivelo.org) - [contact@velivelo.org](mailto:contact@velivelo.org)