

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2009)
Heft: 6

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

L'activité physique régulière retarde le vieillissement.



Le programme d'exercices CURVES répond parfaitement à vos objectifs grâce à une activité adaptée à vos besoins et à vos capacités.

Ce programme complet apporte à la fois la tonification musculaire, cardio-vasculaire et respiratoire.

Effectué en douceur et sans contrainte violente il évoluera dans le temps au fur et à mesure de vos progrès.

**Quel que soit votre état de santé,
le sport est bon pour vous**

Amélioration de la mobilité pour conserver l'autonomie

Amélioration des fonctions musculaires, cardio-vasculaires et respiratoires

Lutte contre le cholestérol, le diabète type II, le surpoids et l'obésité

Diminution de la tension

Amélioration de la circulation du sang

Augmentation de la masse osseuse (lutte contre l'ostéoporose)

Augmentation des défenses immunitaires

**Essayez Curves GRATUITEMENT
pendant une semaine***

* Echangeable lors de votre première visite contre l'offre spéciale d'adhésion en cours.
Non cumulable avec d'autres offres. Valable uniquement dans les centres participants à l'opération.
©2009 Curves International, Inc. Tous droits réservés.

curves.com

Curves

LE club de sport pour femmes.

[Plus de 10 000 centres dans le monde entier.]

Genève - Eaux-Vives

Rue de la Terrassière 26
1207 GENEVE
022 735 63 03

Meyrin-Centre

Avenue de Feuillasse 24
1217 MEYRIN
022 782 81 87

Genève-Thônex

Rue de Genève 96
1226 THONEX
022 860 01 05

Carouge-Acacias

Rue Eugène Marziano 16
1227 GENEVE ACACIAS
022 301 87 37

Genève-Charmilles

Chemin Furet 61
1203 GENEVE-CHARMILLES
022 344 14 88