



YOUR LOGO

[Centrale pub pour tous les sites Internet - Faites connaitre votre entreprise, votre commerce!](#) :: Your Favorite Site

Dysménorrhée : l'exercice, l'allié des femmes contre les règles douloureuses

<https://www.n-3ds.com/actualites/27651-dysmenorrhée-l'exercice-l'allié-des-femmes-contre-les-regles-douloureuses/>

Luttez contre la dysménorrhée grâce à l'exercice physique, sur un tapis roulant ou autre. Les règles douloureuses peuvent être maîtrisées avec le sport, selon une étude scientifique. Limiter les douleurs menstruelles est possible avec l'exercice physique ! C'est un constat fait par des chercheurs britanniques dans le cadre d'une étude scientifique réalisée sur des femmes souffrant de dysménorrhée. Vous avez des règles douloureuses ? Essayez donc de faire de l'exercice sur un tapis roulant et voyez si vos crampes menstruelles s'atténuent.

Luttez contre la dysménorrhée grâce à l'exercice physique, sur un tapis roulant ou autre. Les règles douloureuses peuvent être maîtrisées avec le sport, selon une étude scientifique. Limiter les douleurs menstruelles est possible avec l'exercice physique ! C'est un constat fait par des chercheurs britanniques dans le cadre d'une étude scientifique réalisée sur des femmes souffrant de dysménorrhée.

Date created: 04 01 2020