



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

### L'activité physique peut augmenter l'espérance de vie

<https://www.referencement-internet-web.com/36046-l-activite-physique-peut-augmenter-l-esperance-de-vie.html>

Pratiquez une activité physique pour accroître votre espérance de vie. Quelques minutes d'activités au quotidien est bénéfique pour avoir une bonne santé. La revue *Medicine & Science in Sports & Exercise* a révélé que quelques minutes d'activité physique tous les jours contribueraient à accroître l'espérance de vie. Des tâches quotidiennes comme passer le balai ou encore faire la vaisselle seraient bonnes pour la santé !

Pratiquez une activité physique pour accroître votre espérance de vie. Quelques minutes d'activités au quotidien est bénéfique pour avoir une bonne santé. La revue *Medicine & Science in Sports & Exercise* a révélé que quelques minutes d'activité physique tous les jours contribueraient à accroître l'espérance de vie. Des tâches quotidiennes comme passer le balai ou encore faire la vaisselle seraient