

Chère Mme Vaidya,

J'ai fait les trois exercices que vous m'avez demandés de faire. Je vais vous donner mes impressions. Le premier exercice m'a apporté beaucoup de bien, en laissant mes jambes relaxes après avoir fait l'exercice. Le deuxième m'a reposé parce que, des fois, quand il fait trop chaud, je me couche comme ça dans mon lit. Après le troisième exercice, je sentais encore la marque de la balle dans mon dos.

J'ai beaucoup aimé votre visite parce qu'elle m'a apporté beaucoup d'informations concernant le dos. Je sais maintenant qu'une bonne posture apporte beaucoup de bien à mon dos.

Merci de votre visite !

Gabriel

