

BIENFAITS du TENNIS de TABLE :

Active le cortex Préfrontal et le
Cervelet

(Planification stratégique et coordination
motrice)

Augmente les fonctions cognitives, la prise
de décision, la motricité fine, la mémoire
à long terme.

Solution pour tous les troubles neurodégénératifs:
(Parkinson - Alzheimer etc)

Anti-Stress (production endorphines)

Stimule le flux sanguin, cérébral
améliorant l'acuité mentale.

Retardit la démence

C'est un vecteur social et une école de LA VIE.

Bonnes parties !