

Ecrit par Echo du Mardi le 23 mai 2020

(vidéo) Karoly Spy, fondateur de l'appli GUTAÏ : ses conseils pour redémarrer le sport dans les meilleures conditions.



Rencontre avec
Karoly Spy

L'après Confinement
Les conseils Bien-être

Rencontre avec Karoly Spy, créateur de l'appli smartphone GUTAÏ.

Au Japon, GUTAÏ est un mouvement d'art de la performance dont la signification est : **le corps comme instrument de mesure** (« Gu » pour l'instrument et « Taï » pour le corps). [Karoly Spy](#), créateur de [l'appli smartphone GUTAÏ](#), a transposé la philosophie de ce mouvement pour en faire une application pour la performance dans les sports d'endurance.

L'explication en vidéo :