

Mind & Body Gym bien-être

Association de plusieurs techniques douces pour retrouver un bien-être physique, au travers du mouvement et de la respiration.

Exercices de renforcement musculaire, de mobilisation articulaire, d'étirements et de détente.

Ce cours est accessible à tous et vous permet de garder la forme tout au long de l'année.

VEVEY

lundi 17h	dès le 5 septembre 2011	12 x 1h00	fr. 228.-
	dès le 9 janvier 2012	12 x 1h00	fr. 228.-
	dès le 23 avril 2012	9 x 1h00	fr. 171.-

lundi 18h15	dès le 5 septembre 2011	12 x 1h30	fr. 336.-
	dès le 9 janvier 2012	12 x 1h30	fr. 336.-
	dès le 23 avril 2012	9 x 1h30	fr. 252.-

LA TOUR-DE-PEILZ

mardi 19h30	dès le 6 septembre 2011	13 x 1h00	fr. 247.-
	dès le 10 janvier 2012	12 x 1h00	fr. 228.-
	dès le 24 avril 2012	9 x 1h00	fr. 171.-

Tél. 0844 555 500 - www.espace-prevention.ch

Site de Vevey ch. Verger 1 – 1800 Vevey – epvevey@avasad.ch

Site d'Aigle av. Glariers 20 – CP 140 – 1860 Aigle – epaigle@avasad.ch