

BIEN DANS SON DOS



L'objectif de ce cours est d'améliorer la santé de votre dos ainsi que la bonne posture, que vous soyez debout, assis ou couché.

Gymnastique douce qui travaille les muscles profonds de la ceinture abdominale et renforce la musculature des jambes pour assurer un meilleur maintien du reste du corps. Une gymnastique pour se sentir « bien dans son dos » !

Dates du cours :

Mardi à 18h00

- dès le 24 août 2010 15 x 1h Prix : fr. 292.50
- dès le 11 janvier 2011 13 x 1h Prix : fr. 253.50
- dès le 3 mai 2011 9 x 1h Prix : fr. 175.50

Lieu du cours:

**salle de rythmique, Ecole Mon-Repos,
Lausanne**

Réduction 15 % pour appr., étud., AVS, chômeurs

A payer au plus tard 10 jours avant le début du cours

Vous vous inscrivez avec le bulletin d'inscription ci-contre ou via notre site internet. Le paiement n'est pas un moyen d'inscription.

Conditions générales: voir le programme général.

BULLETIN D'INSCRIPTION

BIEN DANS SON DOS

NOM (Majuscules).....

PRENOM.....

Date de naissance :

Bénéficiaire AVS Bénéficiaire AI Etudiant

Adresse :

No postal localité :

N° tél.

Privé : prof :

DEBUT DU COURS :

JOUR : HEURE :

BULLETIN D'INSCRIPTION
A RETOURNER RAPIDEMENT

à

**Espace Prévention, Pré-du-Marché 23
1004 Lausanne**

tél. 021/644'04'24 – fax 021/644'04'26

www.espace-prevention.ch

J'ai pris connaissance des conditions du cours et des conditions générales et les accepte.

DATE ET SIGNATURE :

.....



ESPACE PREVENTION

Pré-du-Marché 23 - 1004 Lausanne

tél. 021 / 644'04'24

fax 021 / 644'04'26

www.espace-prevention.ch

Secrétariat ouvert de 9h à 12h et de
14h à 17h

Fermé le vendredi après-midi et le samedi