

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 23 août 2011 16 x 1h Prix : fr. 312.00
- dès le 10 janvier 2012 12 x 1h Prix : fr. 234.00
- dès le 24 avril 2012 10 x 1h Prix : fr. 195.00

Lieu du cours:

Salle de rythmique, Ecole Mon-Repos, Av. de Béthusy 12, 1005 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