

# Aquagym



**L'aquagym est un sport complet  
qui regroupe la gym et l'eau.**

Pratiquer l'aquagym permet de travailler différents groupes musculaires comme les abdominaux, les fessiers, les cuisses, les bras et les épaules.  
(Exercices adaptés aux participants)  
(Convient aux personnes rhumatisantes)

Cette discipline regroupe plusieurs avantages :

- Le poids du corps n'est plus un problème
- Les articulations sont ménagées
- Les courbatures sont quasi nulles
- Les muscles sont tonifiés
- Les effets bienfaits de l'eau

**Etoy**

Piscine de l'Espérance

**Tous les mercredis (hors vacances scolaires)**

de 18h à 18h45

Inscription en ligne ou par téléphone  
Espace Prévention La Côte  
Morges 021 804 66 44  
Nyon 022 365 77 50  
eplacote@avasad.ch  
www.espace-prevention.ch



# Aquagym

## Dates et tarifs 2011-2012

**Gland**

Piscine du centre scolaire des Perrereys, Gland

Mercredi	31 août 2011	18h00	14 x 45 min.	Fr. 259.—
Mercredi	11 janvier 2012	18h00	12 x 45 min.	Fr. 222.—
Mercredi	25 avril 2012	18h00	11 x 45 min.	Fr. 203.50

## Conditions générales

Espace Prévention décline toute responsabilité pour les accidents ou blessures survenant pendant ou après les cours. Les participants sont seuls responsables de leur santé et condition physique.

**Réservation**

Vous réservez votre place par téléphone, par fax, e-mail ou directement sur notre site internet [www.espace-prevention.ch](http://www.espace-prevention.ch). Le règlement du cours est à verser 10 jours, au plus tard, avant le début des cours. **Si l'effectif est insuffisant, l'Espace Prévention se réserve le droit de reporter ou de supprimer un cours.**

**Prix des cours**

Les prix s'entendent TVA 8% incluse.

**Réductions  
et facilités  
de paiement**

Les apprentis, étudiants, AVS, chômeurs et autres personnes à faible revenu, bénéficient d'un rabais de 15% dès que le prix du cours dépasse Fr. 100.-. Cette réduction n'est pas cumulable avec d'autres fa-veurs.

**Renoncement  
après  
inscription**

**En cas de renoncement de votre part :**

- Sans nous avoir prévenus, le prix des cours doit être honoré.
  - Moins d'une semaine avant le début du cours, une participation aux frais d'inscription de Fr. 30.- est demandée.
- Pour cause de maladie prolongée, un remboursement des séances restantes est envisageable, sur présentation d'un certificat médical, déduction faite de Fr. 30.- de frais.

**Un cours commencé est dû dans son entier.**

**Les séances manquées ne sont pas remboursées.**

Inscription en ligne ou par téléphone  
Espace Prévention La Côte  
Morges 021 804 66 44  
Nyon 022 365 77 50  
eplacote@avasad.ch  
www.espace-prevention.ch

