



NORDIC WALKING / RAQUETTES • GYM SANTE

GYM SANTE

Cours de St Sulpice

janvier – mars 2010

La Gym Santé fait partie de votre prévoyance active et garantit votre santé à long terme.

- **Fortifiez votre dos par l'école du dos**
- **Renforcez votre musculature**
- **Augmentez votre souplesse par le Stretching**
- **Travaillez avec des différentes méthodes et engins**
- **Activez votre système cardio-pulmonaire en douceur**

Horaires:

Mercredi matin de 09h15 à 10h15 du 13.01.2010 au 24.03.2010 (A)

ou Jeudi soir de 20h15 à 21h15 du 14.01.2010 au 25.03.2010 (B)

Pas de cours pendant les relâches de février du 06 au 13 février 2010 ainsi que lors de la semaine vallée de Conches de Sanasports du 12 au 19 mars 2010 !

Lieu:

Salle du Conseil, Auberge communale ou salle paroissiale (selon plan) – 1025 St. Sulpice / VD

Prix:

Cours **A** : CHF 120.- pour les membres de Sanasports et CHF 150.- pour les non-membres

Cours **B** : CHF 120.- pour les membres de Sanasports et CHF 150.- pour les non-membres

→ les frais d'inscriptions sont à payer à l'avance par BVR svp !!!!!

En cas de maladie/accident le cours est proportionnellement remboursé sur présentation d'un certificat médical. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident.

Information:

Tel: 021 320.22.03 (Lu-Ma-Me-Ve: 9h - 12h / Je: 14h - 18h) – fax: 021 320.22.04

Mme Béatrix PFISTER Physiothérapeute dipl.ES/Physioswiss, Experte Sport des adultes OFSPO

E-Mail : info@sanasports.ch

Inscription par FAX au 021/ 320 22 04

- Je suis déjà membre de Sanasports
- OUI, je deviens membre de Sanasports
- OUI, je m'inscris pour le **cours A** Gym Santé mercredi matin à St. Sulpice (01.2010)
- OUI, je m'inscris pour le **cours B** Gym Santé jeudi soir à St. Sulpice (01.2010)

Nom: _____ Prénom: _____

Adresse: _____ Téléphone : _____

Localité/NPA: _____ E-mail: _____

Né/e le: _____ Taille: _____

Date et signature: _____

SANASPORTS

Rue Marterey 52 - CH-1005 Lausanne - E-Mail: info@sanasports.ch - Site: www.sanasports.ch