

## GYM Concept BeBalanced! à Riex

**Janvier à Mars 2026**

Avec Susanne Nordenström ou Beatrix Pfister

MEMBRE

LABEL

- Travaillez selon le concept BeBalanced!
- Fortifiez votre dos
- Renforcez votre musculature
- Améliorez votre souplesse et votre équilibre
- Activez votre système cardio-pulmonaire en douceur

### Horaire :

Lundi soir : **19h30 à 20h30 !! Horaire d'hiver !!**

Du 5 janvier au 30 mars 2026 (**12** cours)

5, 12, 19 janvier : Susanne ; 26 janvier : Bea ; 2 février : Susanne ; 9 et 23 février : Bea ;  
2 mars : Susanne ; 9, 16 et 23 mars : Bea ; 30 mars : Susanne.

**!! pas de cours le 16 février : Relâches!!**

### Lieu :

Salle St-Théodule - 1097 Riex

### NOUVEAU

Gym concept BeBalanced! Au tarif membre préférentiel

La carte de membre Sanaspors vous permet de  
bénéficier du tarif préférentiel toute l'année

A verser sur le compte de Sanaspors en utilisant soit IBAN soit TWINT :

Banque Cantonale Vaudoise, Lausanne IBAN CH75 0076 7000 H 5470 9548

TWINT Sanaspors : +4179 695 03 03

*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 :

info@sanaspors.ch ou +4179 695 03 03

### Mme Susanne NORDENSTRÖM-SEGMÜLLER

Instructrice aérobic service des sports UNIL / EPFL – Dipl. Matwork Pilates IFAS - Concept BeBalanced! - Step, Chiball, X-Ball, Tao Massages

### Mme Béatrix PFISTER

Physiothérapeute dipl ES/Physioswiss - Posturologue et Auriculothérapeute - Responsable formation et technique Sanaspors - Expert sport des adultes OFSPO - Mastertrainer NW et Concept BeBalanced! - Conseillère en nutrition

Inscription par téléphone possible.

**Je m'inscris directement en ligne en cliquant sur :  
[www.sanaspors.ch/activites/inscription-cours](http://www.sanaspors.ch/activites/inscription-cours)**

