

Groupe régional Riviera «les libellules» YOGA

Info sur le Groupe régional Sport & Mouvement Riviera «les libellules»



pour une vie meilleure

SEP

Société suisse
de la sclérose
en plaques

Envie de faire du yoga et de la relaxation?

Venez découvrir le yoga pour les personnes atteintes de sclérose en plaques. Les exercices sont adaptés aux personnes selon leurs capacités.

Vous pourrez pratiquer des exercices de yoga Kundalini ainsi que de la relaxation.

Quand	2 samedis par mois de 11h à 12h
Où	Alive Center Ruelle Ancienne-Monneresse 1, 1800 Vevey www.alivecenter.ch
Public cible	Personnes atteintes de SEP uniquement avec une bonne mobilité (escalier pour le vestiaire)
Intervenante	Cristina Soldini

Pour tout renseignement sur le Groupe régional:
Véronique Aeschimann
T 079 379 34 48

Compte des dons du Groupe régional Sport & Mouvement - Riviera «Les Libellules»-YOGA
IBAN: CH71 0900 0000 8807 7710 4



Société suisse de la sclérose en plaques

rue du Simplon 3, 1006 Lausanne

T 021 614 80 80, F 021 614 80 81

info@sclerose-en-plaques.ch, www.sclerose-en-plaques.ch