

HATHA YOGA au bord du LAC – LAUSANNE

Mehernaaz, originaire d'Inde, est une professeure de Hatha Yoga, thérapeute spécialisée en réhabilitation des douleurs du dos et du cou et coach de fitness personnel ayant une expérience de plus de 17 ans. Elle est accréditée de plusieurs instituts au Royaume-Uni, aux USA, en Australie et en Inde. Elle exerce à son cabinet du WELLNESS 37, rue du Simplon 37, 1006 Lausanne.



RENDEZ-VOUS : Parking de La Tour
Haldimand à Ouchy - à cote du Parc
Denantou

Horaires : à 18h30, jusqu'à 19h45

LANGUES: Français et Anglais



Son yoga est la transcription unique et authentique d'une tradition millénaire. Chaque participant sera guidé individuellement en fonction de ses antécédents médicaux et de ses objectifs personnels.

APPORTEZ : Votre tapis, une grande serviette et un gros pull

POUR S'ENREGISTRER : E-mail - consult@meher4fitness.com ou Téléphonez au 078 842 18 78

Pour toutes les tranches d'âge, et pour les niveaux débutants et intermédiaires

-
- **Les dates :** Mai - 6, 12, 20 et 26 ; Juin - 3, 9, 17, 23 et 30 et Juillet - 1, 9 & 14
(Les cours sont quelque fois le lundi, quelque fois le mardi et un cours le mercredi. Pour satisfaire toutes les disponibilités)
 - **Abonnement : 5 cours - CHF 120.- Abonnement : 8 cours - CHF 175.- Abonnement : 12 cours - CHF 250.-**
(Les membres AIWC bénéficie d'une réduction de -10 % sur l'abonnement de 12 cours)

LIMITE à 12 PERSONNES SEULEMENT

SITE : www.meher4fitness.com