




Cours de Nordic walking

Lausanne | Genolier | La Tour-de-Peilz | Yverdon 



LIGUE **PULMONAIRE** VAUDOISE

Mieux respirer

Les bienfaits du nordic walking

- Une meilleure oxygénation
- Des capacités cardiovasculaires améliorées
- Des articulations en bonne santé, mobilisées en douceur
- Une détente physique et psychologique
- La création de nouveaux liens

Ces cours sont recommandés par nos médecins conseils pneumologues. Ils sont accessibles à toute personne souffrant de problèmes de santé, d'isolement social, ainsi qu'à leurs proches.

Tarifs

CHF 160.00 | Année

CHF 50.00 | Trimestre

Renseignements & inscriptions

021 623 38 82 | social@lpvd.ch

- Nous vous invitons à prendre contact avec notre service social si vous avez besoin d'un arrangement financier.
- Les bénéficiaires AVS ou AI dans ces situations seront prioritaires. Les moniteurs s'adaptent aux besoins des participants.
- Intervenants : moniteurs formés et expérimentés par Unisanté esa/sport des adultes.

Cours hebdomadaires

- **Lausanne**
Stade de Coubertin
Lu | 17h00
- **Genolier**
Bois de Chêne
Ma | 14h00
- **Yverdon**
Tribune de l'hippodrome
ME | 13h30
- **La Tour-de-Peilz**
Sur le quai devant
le Musée Suisse du Jeu
Je | 17h15



Crédits photo LPV – janvier 2024
Impression mai 2025

Ligue pulmonaire vaudoise
Avenue de Provence 4 | 1007 Lausanne
021 623 38 00 | info@lpvd.ch | lpvd.ch