



ligue vaudoise contre le cancer

# Yoga Vevey 1

cours collectif



## Lisa Ammann Birthistle

Professeure de Yoga & Méditation, Yoga-thérapeute

Suite au diagnostic, pendant ou juste après les traitements, ce cours vous offre un espace favorisant un mieux-être physique et mental. Ces séances de Yoga thérapeutique font appel à des techniques qui permettent d'améliorer la qualité de vie (flux lymphatique, digestion, circulation, respiration), de se réapproprier son corps, diminuer la fatigue, de soulager les douleurs physiques et d'apaiser le mental.

Cours pour les personnes atteintes de cancer et leurs proches. Aucune expérience de Yoga n'est nécessaire pour participer à ce cours.

### Dates 2020:

Jeudi 3, 10, 17 et 24 septembre

Jeudi 1, 8 et 29 octobre

Jeudi 5, 12, 19 et 26 novembre

Jeudi 3, 10 et 17 décembre

### Horaire:

12h - 13h

### Prix:

120.- CHF les 14 séances

ou 10.- CHF par séance

### Inscriptions:

David Rodriguez

078 774 83 71

david.rodriguez@lvc.ch

### Lieu:

Salle Terre d'Eveil  
Avenue de Corsier 6  
1800 Vevey