

# Groupe régional Yverdon «Pilates»

Info sur le Groupe régional de Yverdon (Nord vaudois)



pour une vie meilleure

**SEP**

Société suisse  
de la sclérose  
en plaques

# Envie de faire du sport?

Le Groupe régional de Yverdon propose des séances hebdomadaires de pilates. Avec la collaboration d'une professeure, les personnes atteintes de sclérose en plaques auront la possibilité de renforcer leur musculature tout en douceur. Tous les exercices sont adaptés selon les aptitudes des participants.

Quand Le jeudi de 12:15 à 13:15

Où DEL'TONIC  
chemin de la Roselière 3  
1400 Yverdon



Intervenante Delphine Gobet, professeure de pilates

Public cible Personnes atteintes de SEP uniquement

## Pour tout renseignement sur le sous-groupe «Pilates»:

Sylvie Duvanel

T 078 741 87 17

sylvie.duvanel@bluewin.ch

Société suisse de la sclérose en plaques

rue du Simplon 3 / 1006 Lausanne

T 021 614 80 80 / info@sclerose-en-plaques.ch

[www.sclerose-en-plaques.ch](http://www.sclerose-en-plaques.ch) / CCP 10-10946-8



! vie meilleure



Société suisse  
de la sclérose  
en plaques