

UN MOMENT EN MOUVEMENT POUR ELLES



Centre des Boveresses

**Avenue des Boveresses 27 bis
1010 Lausanne**

info@boveresses.ch

021 652 48 82

Les
vendredis
matins dès
le 7
novembre
2025, de 9h
à 10h

Shirin vous proposera de trouver votre
bien-être corporel en travaillant
l'équilibre musculaire profond avec
des exercices de respiration et une
mise en mouvement douce et adaptée.
**1^{er} cours d'essai gratuit sur
inscription**, puis 10.-/cours payable
par trimestre.

Informations et
inscriptions
directement au
Centre ou par
courriel à
info@boveresses.ch