

# NESTLÉ YOGA CLUB PROGRAMME

## janvier 2026 - Vevey, En Bergère

*Find Your*  
**B A L A N C E**

LEARN HOW YOGA CAN CHANGE YOUR LIFE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h15 13h15	HATHA Yoga Viviane Hilkner	YOGA Avancé Patrick Nolfo <small>Vinyasa yoga de retour 27.1</small>	HATHA Yoga Viviane Hilkner	HATHA YOGA <b>12h00 - 13h00</b> Patrick Nolfo	YOGA Avancé Patrick Nolfo
17h30 18h30	PILATES Avancé Chelo Benites	HATHA YOGA Patrick Nolfo	PILATES Gaby Grabowska	HATHA YOGA <b>Sandro Jaques</b> <b>17h45 - 18h45</b>	

## YOGA PROGRAMME janvier 2026

### La Tour-de-Peilz Entre-Deux-Villes

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h00 13h00	<b>HATHA YOGA</b> YogaCenter Montreux - à confirmer (salle en bas des escaliers)	PILATES Cristiane Tinguely (Salle en bas des escaliers)	HATHA YOGA Ardiana Nolfo Salle à côté vestiaire hommes	PILATES <b>12h00 - 12h45</b> Gaby Grabowska Salle à côté vestiaire Hommes	HATHA YOGA Aurélie Mahé Salle à côté vestiaires hommes
12h15 13h15	YOGA Avancé Patrick Nolfo Salle à côté vestiaire hommes VINYASA de retour 26.1	HATHA YOGA Viviane Hilkner Salle à côté vestiaire hommes			
17h30 18h30	HATHA YOGA Patrick Nolfo Salle à côté vestiaire hommes	YING YOGA Kathe Krähenbühl Salle à côté vestiaire hommes	YOGA Avancé Patrick Nolfo Salle à côté vestiaire hommes	HATHA YOGA <b>17h15 - 18h00</b> YOGA Avancé <b>18h00 - 18h45</b> Patrick Nolfo Salle à côté vestiaire hommes	

Inscription au club - minimum 3 mois  
CHF 65.-/mois (employés Nestlé, conjoints, enfants Nestlé - 14 à 25 ans, retraités Nestlé, ex-employés Nestlé)  
CHF 75.-/mois - externes (Contractors)



Contact Anna : [anne-marie.affannato@nestle.com](mailto:anne-marie.affannato@nestle.com)  
Tél. 021 924 2486 suivez-nous sur  
<https://www.asln.ch/> **yoga**



# NESTLÉ YOGA CLUB PROGRAMME

## janvier 2026 - Vevey, NESPRESSO

Les Ateliers - „Premier-étage”, Rue des Deux Gares 6B

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h15	SCULPT YOGA	PILATES		HATHA YOGA	
13h15	Mina Colella Les Ateliers	Chelo Benites Les Ateliers		Aurélie Mahé Les Ateliers	

YOGA  
cours en ligne

PROGRAMME  
„Espace Webex“

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h00		QI GONG / TAI CHI			
13h00		Marie E. Pfiffer			
12h15					HATHA YOGA
13h15					Ardiana Nolfo
soir	HATHA YOGA Ardiana Nolfo <b>18h15 - 19h30</b>		HATHA YOGA Ardiana Nolfo <b>18h00 - 19h00</b>		

Inscription au club - minimum 3 mois

CHF 65.-/mois (employés Nestlé, conjoints, enfants Nestlé - 14 à 25 ans, retraités Nestlé ex-Employés Nestlé)

CHF 75.-/mois - externes (Contractors)



Contact Anna : [anne-marie.affannato@nestle.com](mailto:anne-marie.affannato@nestle.com)  
Tél. 021 924 2486 suivez-nous sur  
<https://www.asln.ch/> **yoga**