



Add Years to your Life and LIFE to your Years



Nestlé Yoga Club



Vevey, En Bergère, Yoga Room



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

30.6 7h30 – 8h15
PILATES
Gaby Grabowska

2.7 7h30 – 8h15
PILATES
Gaby Grabowska

3.7 7h30 – 8h15
PILATES Avancé
Chelo Benites

HATHA Yoga
12h15 – 13h15

VINYASA Yoga
12h15 – 13h15

HATHA Yoga
12h15 – 13h15

HATHA YOGA
12h00 – 13h00

HATHA Yoga doux
5+26.6 12h00 – 13h00

Viviane Hilkner

Francine Gruener

Viviane Hilkner

Patrick Nolfo

Sandro Jaques

PILATES Avancé
17h30 – 18h30

HATHA Yoga
17h15 - 18h00

PILATES
17h30 – 18h30

HATHA YOGA
17h45 – 18h45

PILATES Avancé
3.7 17h30 – 18h30

Chelo Benites

YOGA Avancé
18h00 – 19h00
Patrick Nolfo

Gaby Grabowska

Sandro Jaques

Chelo Benites



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

LUNDI
HATHA Yoga
29.6 7h30 – 8h15
Ardiana Nolfo

Salle près vestiaire hommes

MARDI
HATHA Yoga
30.6 7h30 – 8h15
Ardiana Nolfo

Salle près vestiaire hommes

MERCREDI
1.7 7h30 – 8h15
VINYASA Yoga
Francine Gruner +
HATHA Yoga
Ardiana Nolfo

JEUDI
HATHA Yoga
2.7 7h30 – 8h15
Ardiana Nolfo

Salle près vestiaire homme

VENDREDI
HATHA Yoga
3.7 7h30 – 8h15

Ardiana Nolfo
Salle près vestiaire homme

HATHA YOGA
12h00 – 13h00

Patrick Nolfo
(salle en bas des escaliers)

PILATES
12h00 – 13h00

Cristiane Tinguely
(Salle en bas des escaliers)

HATHA YOGA
12h00 – 13h00

Ardiana Nolfo
Salle près vestiaire hommes

PILATES
12h00 – 12h45
Gaby Grabowska
Salle en bas des escaliers

HATHA YOGA
12h00 – 13h00

Patrick Nolfo
Salle à côté vestiaires hommes

VINYASA Yoga
12h15 – 13h15

Francine Gruener
Salle près vestiaire hommes

HATHA YOGA
12h15 – 13h15

Viviane Hilkner
Salle près vestiaire hommes

VINYASA Yoga
1.7 12h15 – 13h15

Francine Gruener
Salle en bas des escaliers

VINYASA Yoga
2.7 12h15 – 13h15

Francine Gruener
Salle près vestiaire hommes

YOGA Avancé
17h30 – 18h30

Patrick Nolfo
Salle près vestiaire hommes

RELAXATION
2, 16 + 30.6
17h30 – 18h30
Odile Beney

Salle près vestiaire hommes

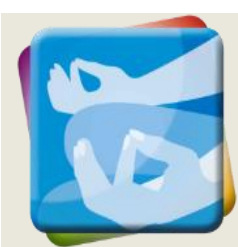
YOGA Avancé
17h30 – 18h30

Patrick Nolfo
Salle près vestiaire hommes

HATHA YOGA
17h15 – 18h00
YOGA Avancé
18h00 – 18h45
Patrick Nolfo

Salle près vestiaire hommes





Vevey, Les Ateliers
salle Premier-étage – NESPRESSO

+ en ligne (en direct)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

PILATES

12h15 – 13h15

Mina Colella

Les Ateliers

PILATES

12h15 – 13h15

Chelo Benites

Les Ateliers

QI GONG
TAI CHI

12h00 – 13h00

en ligne

Marie E. Pfiffer

HATHA Yoga

18h00 – 19h00

en ligne

HATHA Yoga

12h15 – 13h15

en ligne

Ardiana Nolfo

