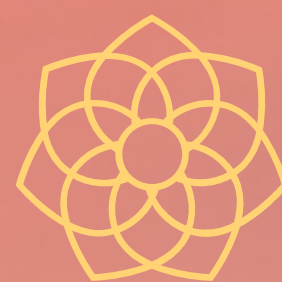




NESTLÉ YOGA CLUB PROGRAMME

mai 2025 – Vevey, En Bergère



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
07h45 08h45					
12h15 13h15	HATHA Yoga Viviane Hilkner 26.5 Babette Roessli	VINYASA YOGA Francine Gruener	HATHA Yoga Viviane Hilkner	HATHA Yoga 12H00 – 12H45 Aurélie Mahé 1+22.5 15.5 Babette Roessli – 8.5 à confirmer	SCULPT YOGA Mina Colella
17h30 18h30	MOBILITY TRAINING Chelo Benites	HATHA YOGA Aurélie Mahé 13+27.5	PILATES Gaby Grabowska		
17h45 18h45		RELAXATION Bols de Cristal 17h30 – 18h30 Anita Rusconi 6+20.5		HATHA YOGA Sandro Jaques	
18h30 19h30	MINDFUL BOXING Chelo Benites 5.5				

YOGA mai 2025 – La Tour-de-Peilz

PROGRAMME Entre-Deux-Villes

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h00 13h00		PILATES Cristiane Tinguely Salle en bas des escaliers)	HATHA YOGA Ardiana Nolfo Salle à côté vestiaire hommes	PILATES Gaby Grabowska 12h00 – 12h45 Salle à côté vestiaire Hommes	VINYASA YOGA Francine Gruener 07:45 – 8:45 Salle à côté vestiaire Hommes
12h15 13h15	VINYASA YOGA Francine Gruener Salle à côté vestiaire hommes	HATHA YOGA Viviane Hilkner 27.5 – Mina Colella Salle à côté vestiaire hommes			HATHA YOGA 12h00 – 12h45 Aurélie Mahé 2,16+23.5 9.5 - Viviane Hilkner Salle en bas des escaliers
17h30 18h30	HATHA YOGA Babette Roessli Salle à côté vestiaire hommes	RELAXATION BOLS DE CRISTAL 13+27.5 Anita Rusconi Salle à côté vestiaire hommes			
17h45 18h45				VINYASA YOGA Francine Gruener 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
Tél. 021 924 2486 suivez-nous sur
<https://www.asln.ch/> yoga



NESTLÉ YOGA CLUB PROGRAMME

mai 2025 – Vevey, NESPRESSO

Chaussée de la Guinguette 10 – „N” – Salle Tokyo
Les Ateliers – „Premier-étage”, Rue des Deux Gares 6B

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12h00 12h45	HATHA Yoga Babette Roessli	SCULPT YOGA Mina Colella	PILATES Gaby Grabowska	VINYASA YOGA Francine Gruener 8+15+22.5	HATHA YOGA Viviane Hilkner 2+9+16.5
12h15 13h15		PILATES Chelo Benites Les Ateliers			

YOGA cours en ligne

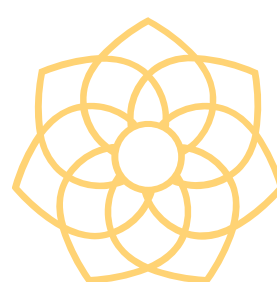
PROGRAMME „Espace Webex”

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

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
Tél. 021 924 2486 suivez-nous sur
[https://www.asln.ch/ yoga](https://www.asln.ch/yoga)