

ATELIER HEBDOMADAIRE À LAUSANNE

# GYMNASTIQUE SENSORIELLE®

LES VENDREDIS | 12H-13H

Salle de paroisse St-Etienne  
Route d'Oron 12 | 1010 Lausanne



**CYCLES** | 22 août > 10 octobre 2025  
31 octobre > 19 décembre 2025  
16 janvier > 6 mars 2026

**TARIF** | CHF 240.- par cycle de 8 ateliers  
CHF 200.- étudiant, chômage, AI  
COURS D'ESSAI GRATUIT

INFORMATION  
& INSCRIPTION

**Isabel De Vroe-Maerten**  
fasciathérapeute,  
physiothérapeute  
078/698 23 02



## INFORMATION

# LA GYMNASTIQUE SENSORIELLE®

est pour vous si vous...

- avez entre 15 et 105 ans
- voulez agir pour votre santé
- aimeriez vous assouplir
- vous voulez apprendre à bouger sans forcer
- voulez améliorer votre équilibre & votre stabilité

## TÉMOIGNAGES

quand le mouvement parle...

*«La gym sensorielle me fait du bien: elle mobilise en douceur tout mon corps et mon esprit.»*

*«Les exercices sur chaises sont tellement simples et efficaces, je les fais chez moi et au travail et je n'ai presque plus mal au dos»*

*«La gym sensorielle me permet de me poser et de me libérer de la charge mentale pour me recentrer sur le moment présent et sur moi.»*

*«Bouger en douceur et observer ce qui est, sans jugements, sans attentes pour vivre en conscience l'évolution perpétuelle de l'état de mon corps et de ma tête.»*

**Isabel De Vroe-Maerten**

fasciathérapeute, physiothérapeute

078/698 23 02 | [www.isabeldevroe.ch](http://www.isabeldevroe.ch)