



# Active Backademy

## Gymnastique d'entretien du dos Gland



# **Et si vous preniez soin de votre dos ?**

**Au programme :** **Active Backademy, gymnastique d'entretien du dos**

Ce cours s'adresse à tout celles et ceux qui souffrent de douleurs du dos ou qui souhaitent les prévenir.

Il privilégie la perception corporelle, la coordination, l'équilibre, le renforcement de la musculature et l'endurance.

**Lieu :** **Gland**  
Physio Clinics

**Quand :** **mardi de 11h15 à 12h15**  
**dès le 24 février 2026**  
à raison d'1h/semaine, hormis pendant vacances scolaires, possibilité de rejoindre le groupe en cours de route

**Prix :** CHF 21.-/séance, facturé trimestriellement  
CHF 24.-/séance pour les non membres LVR

**Participant·e :** un groupe de maximum 8 personnes

**Intervenante :** une physiothérapeute

**Inscription :** par mail ou en remplissant le bulletin ci-après



# Conditions de cours

## Prix des cours : y compris TVA (8.1%)

Si l'effectif est insuffisant, la Ligue vaudoise contre le rhumatisme se réserve le droit de reporter ou de supprimer un cours.

Une confirmation-facture est envoyée avant le début du cours.

La finance du cours est à verser avant le début du cours.

## En cas de renonciation de votre part

- sans nous avoir prévenus par écrit, moins d'une semaine avant le début du cours, le prix du cours doit être honoré ;
- plus d'une semaine avant le début du cours, une participation aux frais d'inscription de CHF 50.- est demandée.

Une fois commencé, la série de cours n'est pas remboursée.

Les séances manquées ne sont pas remboursées.

## En cas d'absence prolongée

Pour cause d'accident ou de maladie, un remboursement des séances manquées est envisageable aux conditions suivantes :

- le secrétariat (tél. 021 623 37 07) doit être informé dès le début de l'absence ;
- présentation d'un certificat médical couvrant la durée de l'absence ;
- déduction de CHF 30.- de frais administratifs.

Si l'absence n'est pas annoncée à temps, aucun remboursement n'est pris en considération.

**Assurances :** à la charge du participant.

Morges, décembre 2025

# Active Backademy, Gland



**Mardi de 11h15 à 12h15**

## **Bulletin d'inscription**

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance .....

Bénéficiaire AVS       Bénéficiaire AI

Adresse .....

No postal & localité .....

No tél. privé ..... No tél. prof. ....

No natel ..... E-mail .....

**Je m'inscris au cours dès le : .....  
et ai pris connaissance des conditions de cours en page 3 du dépliant.**

Date et signature :

.....

Bulletin d'inscription à retourner à :

**Ligue vaudoise contre le rhumatisme  
Place de l'Hôtel-de-Ville 2  
1110 Morges  
tél. 021 623 37 07 - info@lvr.ch**

- Je ne suis pas encore membre de la Ligue vaudoise contre le rhumatisme et souhaite le devenir (cotisation annuelle CHF 40.-)
- Nous ne sommes pas encore membres de la Ligue vaudoise contre le rhumatisme et souhaite le devenir (cotisation annuelle couple CHF 60.-)