



DATES

ABONNEMENT TRIMESTRIEL

EN CE MOMENT

- 13 JANVIER AU 31 MARS 2025

(EXCEPTÉ JOURS FÉRIÉS)



ABO
SPORTIF
NYONNAIS

DONNE ACCÈS À TOUS LES COURS*

CHF 50.- POUR LES NYONNAIS-ES
CHF 60.- POUR LES NON-NYONNAIS-ES

ACHAT SUR [NYON.CH/ENFORMNYON](https://nyon.ch/enformnyon)



EN FORM'NYON

ABO SPORT ADAPTÉ

CONTACT

Service des sports,
manifestations
et maintenance

Place du Château 10
1260 Nyon

sports@nyon.ch
Tél. +41 22 316 46 50

Plus d'informations sur
nyon.ch/enformnyon



AQUA-DOS
MARCHE &
RENFORCEMENT DOUX
AÏKIDO
RYTHMIQUE
CARDIO GYM GOLD
RÉVEIL MUSCULAIRE
FELDENKRAIS

C'EST QUOI ?

Un abonnement proposant des cours de sport avec des mouvements doux et peu intenses. Les séances sont courtes, entre 35 et 45 minutes et les disciplines sont adaptées et ludiques afin de pouvoir pratiquer le sport en toute sérénité

C'EST POUR QUI ?

Les personnes ayant des besoins spécifiques de mobilité et de mouvement comme par exemple les femmes enceintes, les seniors, les personnes en situation d'obésité ou en phase de rééducation

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Pour les nyonnais-es CHF 50.-
Pour les non-nyonnais-es CHF 60.-

QUELLES SONT LES CONDITIONS ?

Présentation de l'abonnement à chaque cours
1 abonnement = accès illimité* aux cours

QUELLE EST LA DURÉE ?

1 trimestre
Dates fixes selon calendrier

* Sous réserve de places disponibles par cours. Cf. conditions générales

**DES COURS
ADAPTÉS QUI
PERMETTENT DE
PRATIQUER LE
SPORT EN TOUTE
SÉRÉNITÉ**



PROGRAMME



AQUA-DOS

Piscine du Cossy

- Lundi
- 12h - 12h35



MARCHE & RENFORCEMENT DOUX

Départ école de Nyon-Marens

- Mardi
- 15h - 15h45



AÏKIDO

Salle de rythmique du Cossy

- Mercredi
- 7h30 - 8h15



RYTHMIQUE

Salle de rythmique du Cossy

- Mercredi
- 12h15 - 13h



CARDIO GYM GOLD

Salle de gym du Cossy

- Jeudi
- 12h30 - 13h15



RÉVEIL MUSCULAIRE

Salle de rythmique du Cossy

- Vendredi
- 7h30 - 8h15



FELDENKRAIS

Salle de gym de Nyon-Marens

- Dimanche
- 11h - 11h45