



# NOKACHI LYON – Sport Santé



**Dojo du Bon Lait**

8 place du traité de Rome 69007 Lyon

Métro B : arrêt Jean Jaurès - Tram T1 : arrêt Debourg



**Réappropriiez-vous votre corps et développez votre bien-être corporel via une activité physique adaptée**

Les bénéfices constatés par nos pratiquants

- ✓ **Disparition de douleurs articulaires**
- ✓ **Diminution de la prise d'insuline**
- ✓ **Amélioration de l'équilibre**, de la souplesse, de la tonicité, de la coordination et des réflexes
- ✓ **Amélioration de la mémoire** et de la concentration
- ✓ **Récupération de la confiance** en ses capacités physiques

## Horaires 2019-2020

Lundi 17h30-18h30

Mercredi 17h-18h



## Plus d'information

Site web : <http://nokachi-lyon.fr>

E-mail : [emmeline.mottet@nokachi-lyon.fr](mailto:emmeline.mottet@nokachi-lyon.fr)

Tél. : 06 76 99 88 04 (E. Mottet)