



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

25 Mai 2015



Cyril GARNODIER

Gérant

contact@yogalodge.fr

96 Avenue Général Leclerc

69300 Caluire et Cuire

0472076671

www.yogalodge.fr

GLOBAL WELLNESS DAY



Le samedi 13 Juin, est organisée dans une trentaine de pays, la journée mondiale du Bien-Être (Global Wellness Day 2015). Cette journée a pour but d'encourager chacun à bouger, marcher, courir, s'étirer, danser, prendre soin de soi pour être mieux dans son corps et mieux dans sa tête. Yoga Lodge s'associe à cet événement lors de notre journée porte ouverte et vous invite à découvrir l'un des plus grands studios de Yoga du grand Lyon.

GLOBAL
WELLNESS
DAY

**JOURNÉE PORTE OUVERTE
SAMEDI 13 JUIN
9 H - 17 H**

**Ateliers gratuits
Yoga et Pilates**

Yoga Lodge
96 avenue Général Leclerc (parking Norauto)
Caluire et Cuire
Tél: 04 72 07 66 71 - www.yogalodge.fr



Yoga Lodge ouvre les portes de la Yoga thérapie à Lyon .

« Le Yoga m'a sauvé la vie, en tout cas, il l'a amélioré ! »
Il y a 5 ans, la maladie a donné un coup d'arrêt à la vie de cadre commercial de Cyril GARNODIER. Devenu handicapé, il a dû réapprendre à vivre (et à marcher) autrement !
« J'ai découvert lors de ma longue rééducation le Yoga et le Pilates. Aussi, riche de rencontres, j'ai ouvert un studio de Yoga et Pilates sur Caluire et Cuire spécialisé dans les maux de la vie quotidienne. »

Le projet Yoga Lodge est ainsi né de la volonté de rendre le yoga plus accessible à tous, en proposant diversité de cours et facilité d'accès, dans un cadre agréable.
Ici vous pratiquerez les différents Yoga et Pilates traditionnels avec une équipe pédagogique sensibilisée aux soucis de santé de nos concitoyens.



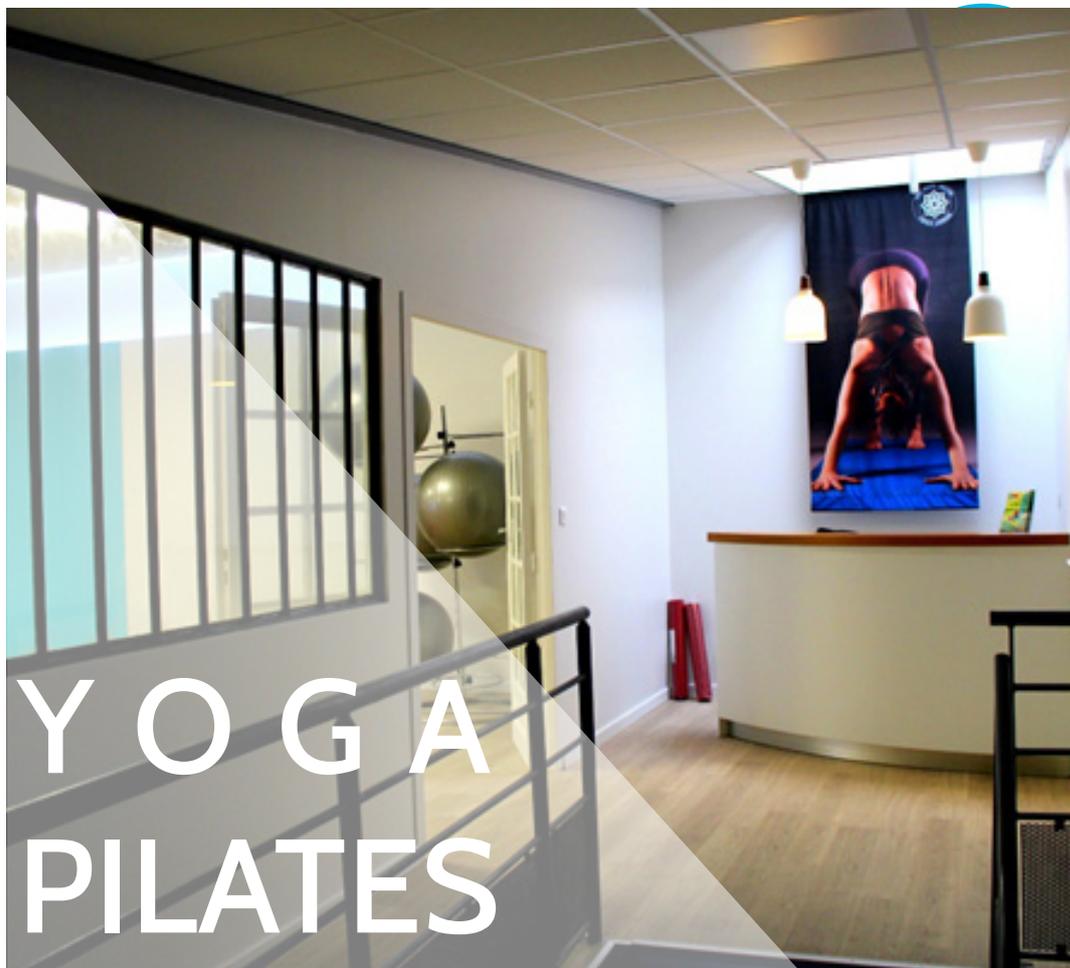
Je vous propose de nous rencontrer afin de vous présenter l'un des plus grands studios de Yoga de Lyon.

Créé par Cyril GARNODIER, Yoga Lodge propose une approche thérapeutique du Yoga et du Pilates. L'objectif étant de rester en forme (mentale et physique) mais aussi d'améliorer les conditions de vie de nombreuses personnes souffrantes de différentes pathologies (stress, arthrite, rhumatisme, insomnie, maux de dos ...) grâce à une pratique personnalisée du Yoga et/ou Pilates.

Animé par 6 spécialistes du Yoga, Yoga Lodge innove sur la région Lyonnaise par une démarche d'accompagnement personnalisée.

Ainsi un programme spécifique est réalisé auprès de chaque client, afin de déterminer ses difficultés et ses objectifs physiques à moyen et long terme.





Un Yoga et Pilates adaptés à la vie citadine :

Yoga Lodge propose un large choix de cours (20 cours par semaine) et la possibilité aux lyonnais et lyonnaises de venir quand ils le souhaitent. Des cours entre midi et deux, d'autres jusqu'à 21h15.... des horaires adaptés à tous (séniors, actifs, résidents....)

Des stages et ateliers complémentaires :

Durant l'année Yoga Lodge fera intervenir des professionnels du Bien être .

Une offre accessible au plus grand nombre :

Avec 7 offres d'abonnements différents, Yoga Lodge permet la pratique de cet art ancestral à partir de 35 € par mois. Une formule découverte à 35 €, permet de tester l'intégralité des cours durant 10 jours.

Un studio unique sur la région Lyonnaise :

Avec 140m² dédiés à la pratique du Yoga et du Pilates, Yoga Lodge offre aux Lyonnais un espace adapté aux contraintes urbaines (comme un parking gratuit) mais aussi un lieu idéal pour une pratique sereine (vue sur les champs et les monts du Lyonnais) du Yoga.