

ALTO
Espace santé





Centre d'Intégration
Socioprofessionnelle
Fribourg

ALTO Espace santé

Nos prestations :

- Yin yoga et Hatha yoga
- Pilates en groupe ou personnalisé
- Spinning
- Circuit training
- Renforcement musculaire
- Coaching individuel
- Psychothérapie et soutien psychologique
- Art-thérapie par le mouvement et la danse
- Hypnose
- Thérapie sensori-motrice
- Relaxation
- Méditation par la pleine conscience

Site Internet :

- alto-espace-sante.ch

Rte de Daillettes 1
1700 Fribourg

T +41 26 426 02 11
cisf.ch

Alto 
Espace santé