

Pratiquer une activité physique régulière améliore votre bien-être

Ces activités sont accessibles pour tous
et sont encadrées par un éducateur formé

Dans le cadre
du Plan Régional
Sport Santé Bien-être

Saison 2021-2022



Activités Physiques Adaptées et Sclérose en Plaque,
Parkinson, Polyarthrite Rhumatoïde...

Tous les lundis et mardis à Saint Sébastien-sur-Loire

La Cambronnaise
Saint-Sébastien-sur-Loire

PARTENAIRES



OU PRATIQUER ?



Tous les lundis et mardis à **ST SÉBASTIEN / LOIRE**
(16h à 17h le lundi et 11h à 12h le mardi)

*Complexe Sportif Joseph Rivet
Rue de la Croix Blanche*

LES ACTIVITES *

GYM FORM'

Activité de remise en forme permettant de solliciter vos capacités d'équilibre, de souplesse, de coordination, d'adresse à l'aide d'exercices d'endurance et de renforcement musculaire.



**les séances sont conçues en fonction des attentes et des capacités des pratiquants*

LES CONDITIONS D'INSCRIPTION

Pour participer aux séances de la saison 2021/2022, vous devez :

- ⇒ Remplir la fiche d'inscription de l'association
- ⇒ Posséder un certificat médical de non contre-indication
- ⇒ Régler votre cotisation (125 € pour la saison)

La licence permet d'avoir la responsabilité civile.

Le dossier complet est à apporter lors de votre venue.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

02.40.80.68.53 // la-cambro@orange.fr
www.lacambronnaise.com

Vous avez des questions sur le projet ou vous recherchez un autre lieu, contactez le Comité Régional FSCF Pays de la Loire

Nicolas BOISNEAU
02 40 58 61 62 - 07 71 18 78 58
ad@fscf-paysdelaloire.fr - www.fscf-paysdelaloire.fr

