

Basket Santé

SINCE 1891



**UN OUTIL
DE SANTÉ**



**UNE PRATIQUE
ACCESSIBLE
À TOUS**



**UNE PRATIQUE
NON COMPÉTITIVE**



Nom du club

BASKET CLUB EPOUVILLE MANEGLISE

Adresse

Espace Lupin, Salle Grimaux
Rue Joseph Boulard 76133 EPOUVILLE

Dates

Du 25/09/2023 au 30/06/2024

Horaires

Mardi
De 19h à 20h30

Contact

Rémy RENAUX

06 37 47 72 67

rrenaux@greenflex.com



Basket Santé



FFBB
FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
BASKETBALL



JOUER - PRENDRE DU PLAISIR - S'AMUSER

ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Pratique non compétitive
- Certificat ou prescription médicale

ÊTRE ENSEMBLE

- Rencontres
- Lien social
- Utilisation du collectif pour entretenir la motivation

APPRENDRE - S'AMÉLIORER

- Développer des habiletés, des compétences pour mieux vivre au quotidien

SE DÉPENSER PHYSIQUEMENT

- Augmenter et / ou maintenir des capacités pour mieux vivre au quotidien

SANTÉ & BIEN ÊTRE : SOCIAL, MENTAL, PHYSIQUE

PUBLICS

- Mixte
- Intergénérationnel (enfants, jeunes, adultes, seniors)
- Avec ou sans pathologie ou déficience

PROGRAMMES BASKET SANTÉ

- Encadrement qualifié et à l'écoute
- Adaptés aux besoins et objectifs des pratiquants
- Evaluation et suivi
- Prescriptible sport sur ordonnance
- Sensibilisation et prévention

LES 6 COMMANDEMENTS



1.
avoir envie

2.
**visite médicale
pour mon
certificat**



3.
m'inscrire



4.
m'équiper :
chaussures de sport
+ tenue confortable
+ gourde



5.
**participer
régulièrement
à l'activité**

6.
**jouer et prendre
du plaisir !**

