

Bienvenue à la fédération du sport santé



Comité EPGV
Drôme Ardèche



Activité en salle :
Salle Polyvalente du haut
24 chemin de la Graveline
Activité en extérieur :
Le camping municipal
Chemin de la Graveline

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE de Châteauneuf du Rhône
Chantal Ferrent
04 75 90 84 81
chantal.ferrent@gmail.com

Comité EPGV Drôme Ardèche
Delphine Saury-Oyarzabal
06-87-68-16-81
delphine.saury-oyarzabal@comite-epgv.fr



Sport sur Ordonnance

Activité Physique Adaptée *

Personnes de plus de 60 ans

Châteauneuf du Rhône

Programme de 32 semaines (2)

Du 26 septembre 2022 au 26 juin 2023

Inscription possible toute l'année

Du 26 septembre 2022 au 26 juin 2023



3 séances par semaine :

- 1h en salle – lundi 16h30 *
- 1h en extérieur – mercredi 15h *
- 1 en autonomie

1 temps d'échange et de suivi téléphonique par semaine

Tests en début, à 3 mois et en fin de programme

*les horaires peuvent être amenés à être modifiés

Coupon d'inscription

Châteauneuf du Rhône / Grp 2

Certificat médical et prescription d'APA obligatoire

TARIF
35€



Nom.....

Prénom.....

Date de naissance:

Adresse:

Tél.....

Email.....

Coupon à retourner avec un chèque de 35€ à l'ordre du
CODEP EPGV Drôme-Ardèche
à l'adresse suivante:

Maison des bénévoles du sport, 71 rue P. Latécoère, 26000 VALENCE

SPORT SUR ORDONNANCE

Améliorer sa condition physique et son état de santé

Cardio
Respiratoire

Détente

Renforcement
musculaire

LE PACK

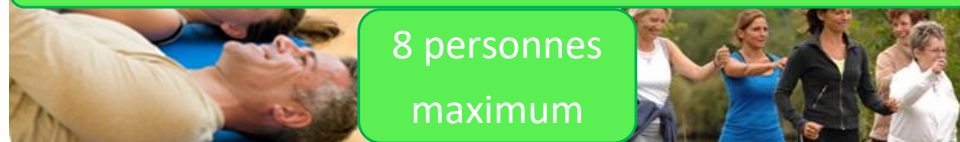
Souplesse
articulaire

SPORT SANTE

Lien
social

Equilibre

Des séances multi-activités en petits groupes



8 personnes
maximum

ENCADREES PAR UN ANIMATEUR QUALIFIE A.P.A.

Programme de 32 semaines comprenant :

2 séances encadrées : 1 en salle et 1 en extérieur

1 séance en autonomie

1 appel téléphonique - échange et suivi

* Public concerné : personnes atteintes d'Affection de Longue Durée et de Maladies Chroniques