

Basket Santé

SINCE 1891



UN OUTIL
DE SANTÉ



UNE PRATIQUE
ACCESSIBLE
À TOUS



UNE PRATIQUE
NON COMPÉTITIVE



Nom du club

RHODIA CLUB BASKET

Adresse

Gymnase Joseph Plat - Impasse Jean Bouin

SALAISE SUR SANNE (38 150)

Dates

Du 29/09/2021 au 20/10/2021

Horaires

De 18h10 à 19h25

Le mercredi

Contact

Tristan BERLAND

rhodiabasket@gmail.com



JOUER - PRENDRE DU PLAISIR - S'AMUSER

ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Pratique non compétitive
- Certificat ou prescription médicale

APPRENDRE - S'AMÉLIORER

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

ETRE ENSEMBLE

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

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 !**

