

CIBLE : Adultes diabétiques et/ou présentant une surcharge pondérale sans limite d'âge.

ACTIVITES PROPOSEES : Yoga, Aquagym, Gym douce, Marche urbaine

HORAIRES

- ❖ Aquagym : Mardi 15h-16h
- ❖ Gym douce: Jeudi 13h45-16h
- ❖ Marche urbaine: Vendredi 10h-12h
- ❖ Yoga: Lundi 15h-16h

TARIFS

50€ / an pour toutes les activités
Yoga: 5€ le cours

CAPACITES D'ACCUEIL

Entre 10 et 25 personnes

STATUT DES ENCADRANTS

Enseignant APA
(Master NAPPES)

CONTACT

Aurélien LAZZARO
50 Boulevard Saint Roch
06000 Nice
afd.activites@gmail.com
06 74 71 18 11

LIEUX DE PRATIQUE ET ACCESSIBILITE

Aquagym

Piscine Saint François
13, place St François
06000 Nice
Bus n°38, 8, 14, 98, 59, 70, 17, 3,
27, 81, 30
arrêt Lycée Masséna
Tram n°1 – arrêt Cathédrale Veille
Ville

Gym douce

Maison des Associations St Roch
50 bis, boulevard St Roch
06000 Nice
Bus n°84, 80 – arrêt Deux
Corniches
Tram n°1 – arrêt St Roch

Marche urbaine

Le lieu change chaque semaine

Yoga

14 Rue Penchienatti
06000 Nice
Bus n°7, 89, 9, 10 – arrêt
Defly/Klein
Tram n°1 – arrêt Garibaldi

STRATEGIE D'ACCOMPAGNEMENT DE LA PRATIQUE

Activité physique adaptée à chaque participant.