

Fit athle sante

CIBLE: Toute personne sédentaire à risque ou atteinte d'une pathologie chronique, ayant un objectif de santé.

ACTIVITES PROPOSEES : Renforcement musculaire, remise en forme, cardio...

HORAIRES

❖ Samedi 10h-11h30

Possibilité d'intégrer un groupe « Running » le reste de la semaine

STATUT DES ENCADRANTS

Formation spécifique en activité physique adaptée : niveau licence APA minimum.

LIEU DE PRATIQUE

Nice Ouest

Parc des Sports Charles Ehrmann

TARIFS

Adhésion : 90€

40€/trimestre

Accepte les coupons sports et chèques vacances.

ACCESSIBILITE

Bus n°9/10 – arrêt Centre administratif

CAPACITES D'ACCUEIL

De 10 à 15 participants par cours

CONTACT

Nice Côte d'Azur Athlétisme

Tel : 04 93 21 03 18

Mail : ncaa@free.fr

Site : <http://ncaa.athle.com>

STRATEGIE D'ACCOMPAGNEMENT DE LA PRATIQUE

Accompagnement à la reprise d'activité physique en collaboration avec le médecin traitant.