

SÉANCE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE En salle

L'activité physique adaptée est encadrée par un éducateur médico-sportif. Il vous propose des exercices adaptés à votre pathologie, vos difficultés ou vos douleurs. Il travaille en collaboration avec des médecins spécialistes et rééducateurs.

DÉROULEMENT

- Entretien avec l'éducateur médico-sportif
 - Définition des objectifs
- Évaluation des capacités physiques
- Mise en place d'un programme personnalisé
- 2 séances découvertes offertes
- 1 ou 2 séances par semaine d'1h pendant 3 mois
- Bilan et réévaluation au bout de 3 mois, possibilité de poursuivre

DURÉE

Contrat de
3 mois
renouvelable

LIEU

Satim
58 Av. du Général de Gaulle
72000 LE MANS

TARIF

45€ /mois
1 séance /semaine

80€ /mois
2 séances /semaine

Sont également inclus des
entretiens diététiques et
infirmiers à la demande

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTION

Secrétariat Satim
Françoise HERRAULT
Élodie ROYER

Tél : 02 43 28 77 88
Courriel : contact@satimsante.fr

LES INTERVENANTS

- Éducateur médico-sportif
- Médecin référent :
médecin rééducateur

LE PUBLIC

*En groupe - Sur prescription
et certificat médical*

Personne atteinte
de maladie chronique

VOS BESOINS

- 1 Se procurer un bien-être,
se faire plaisir, au quotidien
avec des activités
physiques
- 2 Développer une bonne
image de soi
- 3 Devenir autonome pour
pratiquer une activité
physique
- 4 Obtenir une diminution
des douleurs chroniques
- 5 Acquérir une amélioration
des capacités motrices

SÉANCE D'AQUAGYM ADAPTÉE

L'aquagym adaptée est une activité physique adaptée encadrée par un éducateur médico-sportif. Ce professionnel de santé vous propose des exercices adaptés à votre pathologie. Il travaille en collaboration avec la maison du patient de la clinique Victor Hugo.

DÉROULEMENT

- Entretien avec l'éducateur médico-sportif :
 - *Définition de vos objectifs*
- 1 séance d'aquagym par semaine pendant 3 mois

DURÉE

1 séance

1h /semaine

Contrat de 3 mois

LIEU

Piscine Coubertin

Avenue de Paderborn

72000 LE MANS

TARIF

20€

/mois

pour 1 séance /semaine

10€

/mois

pour 1 séance /semaine

(pour patient inscrit à l'APA en salle)

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTION

Secrétariat Satim
Françoise HERRAULT
Élodie ROYER

Tél : 02 43 28 77 88

Courriel : contact@satimsante.fr

LES INTERVENANTS

- Éducateur médico-sportif
- Médecin référent :
médecin rééducateur

LE PUBLIC

*En groupe - Sur prescription
et certificat médical*

Personne atteinte de
maladie chronique

VOS BESOINS

- 1 Améliorer son état de santé par l'aquagym adaptée et développer une bonne image de soi
- 2 Se procurer un bien-être, et se faire plaisir au quotidien avec des activités aquatiques
- 3 Devenir autonome pour pratiquer une activité physique, dont la natation