

De l'Activité Physique Adaptée accessible à tous*

*Parlez en avec votre médecin traitant, vos professionnels de santé, votre mutuelle



Rando fitness

Une activité complète, en Vallée du Cens :

- De la marche nordique pour l'endurance et le tonus musculaire
- Des exercices de fitness pour le renforcement, la mobilité articulaire, la coordination, l'équilibre, la souplesse
- Des séances collectives pour l'échange et le partage, dans la bonne humeur et la bienveillance
- Un cadre verdoyant et ressourçant

Le lundi de 10h30 à 11h30

Départ du parking du Pont aux Prêtres à Orvault bourg (église Saint-Léger)



Séances à domicile

En solo ou en duo :

- Des séances adaptées à vos capacités, à votre condition physique et de santé
- Un accompagnement individualisé, des objectifs et des bilans personnalisés
- Des modalités d'intervention définies ensemble, au plus près de vos besoins et de vos attentes
- Le déplacement et le matériel inclus dans le tarif
- Le dispositif **Sport sur ordonnance** pris en charge par certaines mutuelles*
- Des formules avec ou sans engagement

a partir de
10€
la séance

Limite de 10 places
Inscription par mail
Contact@reactive-sante.fr



a partir de
50€
la séance

Crédit d'impôt avec Sport Santé Domicile
Avantages fiscaux CESU et CESU+



(Ré)Active Santé, la prévention sport santé bien-être :

Pour des patients dans leur parcours de soins

- ✓ Maladies chroniques, Affections de Longue Durée, cancers, douleurs chroniques, etc.
- ✓ Situation de handicap moteur, sensoriel, intellectuel, psychique, perte d'autonomie, etc.
- ✓ Dépression et anxiété, grossesse et post-partum

Pour des particuliers dans leur projet de prévention santé

- ✓ Accompagnement pour (re)mettre de l'activité physique dans votre quotidien
- ✓ Reprise d'une activité, remise en forme et entretien physique adapté

Damien GUIHENEUF
Votre Enseignant APA sur
Orvault et la région Nantaise



N'hésitez pas à me contacter pour toute demande d'information :

www.reactive-sante.fr

contact@reactive-sante.fr