

# PRÉSENTATION DE NÎMES SPORT SANTÉ

L'association Nîmes Sport Santé est devenue au fil des années l'acteur incontournable du Sport-Santé sur Nîmes et sa région.

Elle a pour mission principale d'améliorer la santé et contribuer au bien-être physique, mental et social des personnes par la pratique d'Activités Physiques Adaptées (APA).

Au travers de ses différents pôles d'activités, l'association tente de répondre aux préoccupations sanitaires actuelles, par la mise en place d'ateliers, de programmes, stages, journées de sensibilisation, etc.

L'association est aujourd'hui structurée en 9 pôles d'activités :

SPORT THÉRAPIE
SPORT BIEN-ÊTRE
SPORT SÉNIORS
SPORT ADAPTÉ
SPORT INSERTION
ÉCOLE DE SPORT
SPORT FORMATION
SPORT ENTREPRISE
SPORT RECHERCHE

## CONTACTEZ-NOUS

06.31.41.83.00

asso@nimessportsante.fr

420 avenue de la Bouvine  
Résidence Le Neptune  
30900 Nîmes

[www.nimessportsante.fr](http://www.nimessportsante.fr)



## ILS NOUS FONT CONFIANCE



# SPORT THÉRAPIE

Choisissez de bouger pour votre santé !

Association loi 1901, à but non lucratif

Reconnue Maison Sport Santé  
par le Ministère des Sports et le Ministère de la Santé

## Activités Sport Thérapie

L'ensemble des activités Sport Thérapie sont à destination de toute personne concernée par une pathologie, et désireuse de trouver une activité physique sécurisante, adaptée à sa condition physique, à ses besoins et à ses envies.

### Cardio Santé



Activité physique visant à développer l'endurance cardio-respiratoire.

- 🕒 **Lundi 18h30-19h30**
- Mardi 16h30-17h30**
- Vendredi 14h00-15h00**
- 📍 **Nîmes Sport Santé**

### Free-Fit

Activité physique de renforcement musculaire en plein air.

- 🕒 **Jeudi 12h30-13h30**
- 📍 **Marcel Rouvière**



### Be Fit

Activité Physique Adaptée visant à développer toutes les composantes de la condition physique (endurance, force musculaire, équilibre...)

- 🕒 **Lundi 09h30-10h30**
- Mercredi 17h00-18h00**
- 📍 **Nîmes Sport Santé**



## Gym-Stretching



Renforcement musculaire avec ou sans matériel.

- 🕒 **Lundi 16h30-17h30**
- Vendredi 11h00-12h00**
- 📍 **Nîmes Sport Santé**

## Marche Nordique



Marche spécifique avec des bâtons.

- 🕒 **Jeudi 09h30-10h30**
- 📍 **Bois des Noyers**

## Boxe Fit



Activité mélangeant Boxe et Fitness.

- 🕒 **Mardi 18h00-19h00**
- 📍 **Nîmes Sport Santé**

## Aqua Fit\*



Activité Aquatique de type fitness

- 🕒 **Mardi 11h00 à 12h00**
- 📍 **Planète Fitness - Nîmes Carré Sud**

## FRAIS D'INSCRIPTION

Adhésion annuelle :	40€
+ Licence sportive de la FFSP	28.85€
+ Coût d'une activité	140€
*Coût pour l'Aqua Fit	200€

*Toutes les séances sont encadrées par des Enseignants en Activité Physique Adaptée*



*Nîmes Sport Santé, association reconnue Maison Sport Santé par le Ministère des Sports et le Ministère de la Santé*

