

PRÉSENTATION DE NÎMES SPORT SANTÉ

Nîmes Sport Santé est une association à but non lucratif, qui est devenue au fil des années un acteur de référence du **Sport-Santé** et de l'**Activité Physique Adaptée** sur le territoire nîmois.

Notre mission : permettre à chacun de bouger de manière adaptée, sécurisée et progressive, quels que soient son âge, son état de santé ou ses capacités.

À travers ses différents programmes, l'association accompagne les personnes pour préserver leur santé, améliorer leur condition physique, renforcer leur autonomie et favoriser leur bien-être physique, mental et social.

Habilitée **Maison Sport-Santé**, Nîmes Sport Santé développe des parcours personnalisés, encadrés par des professionnels qualifiés, en lien avec les acteurs de la santé et du territoire.

SPORT THÉRAPIE	Aujourd'hui, l'association déploie son expertise autour de 9 pôles d'activités , afin de proposer une réponse adaptée aux besoins de chacun.
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

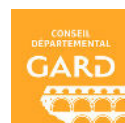
asso@nimessportsante.fr

420 avenue de la Bouvine
Résidence Le Neptune
30900 Nîmes

www.nimessportsante.fr



NOS PARTENAIRES



SPORT THÉRAPIE

Choisissez de bouger pour votre santé !



REPUBLIQUE FRANÇAISE

Association loi 1901, à but non lucratif

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

Activités Sport Thérapie

Activités physiques adaptées aux personnes vivant avec une pathologie ou ayant des besoins spécifiques, pour bouger en toute sécurité, améliorer sa condition physique et préserver sa santé.

Cardio Santé



Activité dynamique visant à améliorer l'endurance cardio-respiratoire et la condition physique, à son propre rythme.

Lundi 18h30-19h30

Mardi 17h00-18h00

Jeudi 15h00-16h00

Vendredi 11h00-12h00

Nîmes Sport Santé

Bouger, se dépenser et relever des défis tout en améliorant sa condition physique ! Une activité ludique et accessible à chacun.

Lundi 15h30-16h30

Mercredi 17h00-18h00

Nîmes Sport Santé

Be Fit



Gym-Stretching



Séance associant renforcement musculaire, mobilité articulaire et étirements, avec ou sans matériel.

Lundi 16h30-17h30

Vendredi 10h00-11h00

Nîmes Sport Santé

Marche Nordique



Marche dynamique avec bâtons, permettant de travailler l'endurance, la coordination et le renforcement musculaire en plein air.

Jeudi 09h30-10h30

Bois des Noyers

Boxe Fit



Activité mêlant techniques de boxe et exercices de fitness pour travailler cardio, coordination et renforcement musculaire.

Mardi 18h00-19h00

Nîmes Sport Santé

Diab'Mouv



Activité physique adaptée aux personnes diabétiques pour améliorer la condition physique et accompagner la gestion de la maladie au quotidien

Vendredi 09h00-10h00

Nîmes Sport Santé

Aqua Fit*



Activité Aquatique de type fitness

Mardi 11h00 à 12h00

Vendredi 14h00 à 15h00

Planète Fitness - Nîmes Carré Sud

Activ'APA



Une activité physique adaptée et rythmée pour bouger en musique, se dépenser et travailler sa condition physique.

Vendredi 15h00 à 16h00

Nîmes Sport Santé

Handi'Fit



Activité physique adaptée aux personnes en situation de handicap moteur pour développer les capacités physiques.

Vendredi 14h00-15h00

Nîmes Sport Santé

FRAIS D'INSCRIPTION

Adhésion annuelle :	40€
+ Licence sportive de la FFSPT	30.35€
+ Coût d'une activité*	150€
<i>*Coût activité Aqua Fit</i>	210€