



Le Basket santé est une pratique inclusive de Basket pour des objectifs de santé, de prévention et d'amélioration de la qualité de vie.

La pratique est spécifique sans impact et sans contact.

Le matériel utilisé est adapté en taille et en texture, la séance est collective et stimulante pour le bien-être mental et physique et un suivi personnel et individualisé est mis en place.

Les séances sont ouvertes à tous sans limite d'âge et de condition de santé.

DATE et HORAIRE

Les séances ont lieu tous les MARDI de 19h à 20h30 (Hors vacances Scolaire).

Pour l'année 2023, les dates de séances sont les 5 12 et 19 décembre.

Les dates pour 2024 seront rapidement mises en ligne.

LIEU

Salle Grimaux, l'espace Lupin, Rue Joseph Boulard, 76133 Épouville.

ENCADREMENT

Tiphaine Auvray, enseignante APA diplômée.

INSCRIPTION

L'inscription est obligatoire, nous proposons 3 formules: Vous pouvez vous inscrire pour 1 séance (test), 3 mois ou prendre une licence à l'année.

Il vous faut un certificat médical de non-contre-indication de la pratique du Basket Santé.

AIDE à la LICENCE

Il existe deux aides pour la licence, l'aide Sport Santé et l'aide Sport handicap. La région aide à hauteur de 50% de prise de licence (pour un maximum de 60 euros)

PRESCRIPTION

Vous pouvez vous faire prescrire les séances par votre médecin sous la forme de "Sport sur Ordonnance" qui est valable 3 mois et renouvelable 3 fois maximum. Parlez-en à votre médecin et n'hésitez pas à nous demander des informations à lui transmettre.

Pour vous aider

Site internet : <https://bcepouvillemaneglise.fr>

Tél : **06 37 47 72 67**

Mail : epouvillebasket@gmail.com

