

PRÉSERVEZ VOTRE SANTÉ AVEC L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

Nos offres

- **Séances individuelles** : 30€/heure
Bilan : 50€
- **Forfait découverte** : 300€ pour 12 séances (bilan final offert)
- **Séances collectives** (3 personnes MAX) : 15€/séance

1ère séance offerte !



Pourquoi choisir l'APA ?

- **Prévention** des maladies chroniques
- **Amélioration** de la **mobilité** et du **bien-être mental**
- **Accompagnement personnalisé** adapté à tous les âges

Nos programmes spécialisés

- Réadaptation à l'effort
- Renforcement musculaire
- Équilibre
- Bien-être mental
- Perte de poids

Chaque programme inclut

- ✓ Un **bilan initial** avec tests personnalisés
- ✓ Un **suivi régulier**, en ligne ou en présentiel
- ✓ Un **coaching nutritionnel adapté**
- ✓ Un **bilan final** avec évaluation des progrès

CONTACTEZ-NOUS !

☎ 06.12.66.11.74
✉ maison@sportsante82.org

📍 • 378 Rue Edouard Forestié, 82000 Montauban
• Pôle Santé de la Clinique du Pont de Chaume
50 rue des Arts, 82000 Montauban