



# Passerelle Sport Santé AIXE-sur-VIENNE

Tél. 07 89 60 87 98



**Salle Yves MONTAND – Place du Champ de Foire - 87700 AIXE-sur-VIENNE**

Chacun doit être convaincu de l'importance, pour sa santé, d'une activité physique régulière. C'est prouvé.

**LIMOUSIN SPORT SANTÉ** a la mission d'aider chaque médecin, à engager un plus grand nombre de ses patients, dans une pratique d'activité physique adaptée régulière.

### **L'ACTION DE LIMOUSIN SPORT SANTE, EN PRATIQUE :**

1 / Votre médecin vous a conseillé de participer à ce programme de la **Passerelle Sport Santé d'Aixe-sur-Vienne**. Il vous a remis un certificat médical d'absence de contre-indication à l'activité physique adaptée. Il vous a communiqué ce n° de téléphone : **07 89 60 87 98**.

2 / Appelez cette Passerelle Sport Santé d'Aixe-sur-Vienne, pour prendre rendez-vous avec l'éducateur.

3 / Ce premier entretien, à la Salle Yves MONTAND – Place du Champ de Foire, vous apportera des informations et évaluera votre état de forme physique, avec des tests simples. Venez donc, en tenue vestimentaire souple, avec des chaussures adaptées, pour être à votre aise.

4 / Puis, le programme de remise en forme se déroulera en 1 à 3 mois (1 ou 2 fois par semaine), en groupes, de 5 à 7 personnes. Pendant ce temps, vous pourrez choisir une association sportive pour continuer très régulièrement et agréablement, une activité physique adaptée, longtemps.

5 / La phase « Passerelle Sport-Santé » est gratuite. Au-delà, chaque association sportive vous demandera une cotisation, avec une licence, dont le tarif vous sera indiqué (de l'ordre de 50 à 100 € par an).

### **Pr. Patrice VIROT**

Président de Limousin Sport Santé

Mail : [limousinsportsante@orange.fr](mailto:limousinsportsante@orange.fr)



[www.limousin-sport-sante.fr](http://www.limousin-sport-sante.fr)

Pour connaître toutes les associations sportives, proches de chez vous :

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