



# Passerelle Sport Santé

## CONDAT sur VIENNE

### Tél. 07 69 98 55 05

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 de Condat/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 69 98 55 05.
- 2 / Appelez la Passerelle Sport Santé de Condat-sur-Vienne, pour prendre rendez-vous avec l'éducatrice, Mme Valérie RIBIERRE.
- 3 / Ce premier entretien, vous apportera des informations et évaluera votre état de forme physique, avec des tests simples, standards. 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 2 à 4 mois (1 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.
- 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)