



Passerelle Sport Santé LIMOGES BEAUBLANC

Tél. 06 87 08 54 78



Site 1 : Centre Médico Sportif - 35 Bd de Beaublanc - 87100 LIMOGES

Site 2 : Base nautique - 10 Rue Victor Duruy - 87000 LIMOGES

Site 3 : C.H.U. LIMOGES - 2 Av. Martin Luther King - 87042 LIMOGES

Site 4 : Polyclinique CHENIEUX – 18 rue du G^{al} Catroux - 87000 LIMOGES

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 Limoges**. 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 : **06 87 08 54 78**.

2 / Appelez cette Passerelle Sport Santé de Limoges, pour prendre rendez-vous avec l'éducateur.

3 / Ce premier entretien, 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 3 à 4 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 100 € par an).

Pr. Patrice VIROT

Président de Limousin Sport Santé



Mail : limousinsportsante@orange.fr
www.limousin-sport-sante.fr

Pour connaître toutes les associations sportives, proches de chez vous :
www.annuairedusport.fr