

Le Sport Adapté, c'est offrir à toute personne en situation de handicap mental et/ou psychique, quels que soient ses désirs et ses capacités, la possibilité de pratiquer une activité physique et sportive adaptée, de participer à des rencontres sportives, compétitives ou de loisirs, dans un cadre convivial et sécuritaire.

A chacun son défi !



18 Rue pierre de Coubertin
22440 Ploufragan
02 96 76 25 32
cdsportadapte22@gmail.com
cdsa22.com
/cdsa22
Sportadapté22
FFSASportAdapte

BOUGER
avec le
Sport Adapté



Programme Sport Santé

Rejoignez le Sport Adapté



BOUGER avec le Sport Adapté

Notre programme Sport Santé

Un programme adapté pour les jeunes, les adultes et les personnes avançant en âge :

- ✓ Accompagner un projet en activité physique et sportive santé pour tous quelles que soient les capacités des personnes
- ✓ Favoriser l'autonomie physique
- ✓ Acquérir une bonne
- ✓ Adopter une vie active

600€

1 groupe

=

2 séances d'évaluation : 1 au début du cycle, une à la fin
10 séances de 1h pour 1 groupe de maximum 7 sportifs
30 minutes d'échange avec l'équipe éducative

Notre volonté deviendra la vôtre

Sensibiliser sur l'importance d'une Activité Physique Sportive et Adaptée (APSA) régulière et intégrée au projet d'établissement.

Proposer et accompagner la mise en place de programmes hebdomadaires et adaptés aux capacités de chacun.

Impulser des prolongements sportifs favorisant la motivation et les rencontres : calendriers Sport Adapté...

Offrir la pratique d'activités sportives de loisirs, d'activités motrices, de rencontres compétitives pour répondre aux besoins de chacun

1000€

2 groupes

=

10 séances d'Activités Physiques
2 séances d'évaluation
2 groupes successifs de 1h
1 heure de bilan