PROGRAMME
SPORT SUR ORDONNANCE

2025 / 2026

PROGRAMME SPÉCIFIQUE
DU PÔLE SOCIÉTAL

(Sous présentation de l'ordonnance du professionnel de santé)

Votre interlocuteur référent : **Quentin**

Association Jeune France
47 rue A. Darmaillacq, CHOLET

02 41 49 06 30
cohesion@jfcholet.com

PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Pratique de plusieurs activités physiques (entretien corporel, sports collectifs, sports de raquette, sports d'adresse, activités en pleine nature, etc)

COTISATION ANNUELLE :
Accès illimité aux séances toute l'année
110€ + 10€ adhésion Jeune France

CARNET DÉCOUVERTE :
40€ + 10€ d'adhésion Jeune France *(uniquement le 1er carnet)*

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

Toute personne sous présentation de l'ordonnance souscrite par un professionnel de santé

QUELS SONT LES OBJECTIFS ?

ALLIER SANTÉ, PLAISIR ET CONVIVIALITÉ

Prévenir et **entretenir** la santé, **Maintenir** et **développer** sa condition physique, Retrouver énergie, bien-être et équilibre moral, Favoriser **l'insertion** et le **lien social**, se dépenser dans une ambiance **conviviale**, bénéficier de conseils pour une **bonne hygiène de vie** ...

PLANNING DES ACTIVITÉS

Lundi
De 18h à 19h
Salle Fitness 1er étage
ENTRETIEN CORPOREL
Renforcement, tonification, étirements, cardio

Mardi
De 10h à 11h
En extérieur
MARCHE SANTÉ

Mercredi
De 19h à 20h30
Complexe Darmaillacq - SO2
BADMINTON

Vendredi
De 14h30 à 15h30
Salle omnisports 1
MULTISPORTS
Sports collectifs, de raquette, etc.

BON À SAVOIR

- Encadrement assuré par des éducateurs diplômés
- Prêt de matériel
- Pas de cours pendant les vacances scolaires
- Séances confirmées à partir d'un effectif minimum

DÉBUT ET LIEU DES COURS

Lundi 22 septembre 2025 - Salles de sports JF - 47 rue Alphonse Darmaillacq, Cholet

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Tous les jours à l'accueil JF, 47 rue Alphonse Darmaillacq, Cholet *(de 10h à 12h et de 14h à 18h)*