

(RE)ENTRAINEZ-VOUS AVEC NOUS!

***CENTRE
DE SANTÉ
LA MARTINIÈRE
SPORT SANTÉ
POUR TOUS***



La Martinière

ÉTABLISSEMENT DE SANTÉ



PRESCRI'FORME

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SUR ORDONNANCE EN ESSONNE

GPS91 - CENTRE DE REFERENCE RESSOURCES

07.64.39.16.17

SPORTSANTÉ.LAMARTINIÈRE@AJL.ASSO.FR

CHEMIN DE LA MARTINIÈRE 91400 SACLAY

SE REMETTRE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE AVEC UNE PRISE EN COMPTE DE VOS PATHOLOGIES



- Encadré par des **EAPA** (*Enseignants en Activités Physiques Adaptées, diplômés Master 2*)
- **Séances** individuelles ou collectives
- **Diverses activités** (*renforcement musculaire, aquagym, aquabike, équilibre, marche nordique, pilates...*)
- **Multiples objectifs** dont : entretien et amélioration des capacités physiques / amélioration du quotidien des patients atteints de maladies chroniques et/ou vieillissantes
- **Publics accueillis** : Patients sous ALD ou en situation d'obésité, d'HTA, ayant des douleurs ostéoarticulaires, femmes enceintes ou post-partum, personnes de + de 65 ans



**Nous
faisons
des bilans de
vos capacités
physiques!**

**Avoir un
certificat
médical
d'aptitude à la
pratique d'APA**