

# Basket Santé

## le basket autrement !

# Nouveau

## au CAEN SUD BASKET

**Le Samedi de 10h30 à 11h30**

### **Le basket santé, c'est quoi ?**

Une pratique accessible à tous, adaptée aux capacités physiques de chacun.

### **Le basket santé, pour qui ?**

Pour toute personne adulte souhaitant pratiquer une activité physique modérée.

### **Le basket santé, pourquoi ?**

Retrouver ou entretenir ses capacités physiques.

Prévenir des maladies cardiovasculaires.

Partager des moments conviviaux.

Ressentir un bien-être physique et mental.



**Caen Sud Basket : 02 31 52 81 83**  
**Romuald : 07 68 34 84 61**  
**Gymnase du château d'eau**

# Basket Santé

## OFFRE 'DÉCOUVERTE'

### Quand

À partir du 30 avril

Tous les samedis matin, de 10 h 30 à 11 h 30

### Où

Gymnase du château d'eau, Route de la Guérinière  
14000 CAEN

### Tarif

Promotion découverte : 10 € les 8 séances.

Prise en charge possible par votre mutuelle, renseignez-vous !

### Encadré par

Romuald DETERS

Diplômé d'état BPJEPS Sport Collectif – Option Basket

Moniteur 'Basket Santé' formé à l'INSEP

### Inscription

Secrétariat du CAEN SUD BASKET

02 31 52 81 83



### Documents obligatoires

Fiche de renseignement Basket Santé

Certificat médical