

Activité Physique Adaptée.

L'Association sportive HAPINESS vous propose des cours d'activités physiques adaptées

Tai Chi, Yoga, Pilâtes, Equilibre, Stretching, par des professeurs diplômés d'état.

Outre les traitements médicamenteux il est reconnu que le travail physique renforce l'efficacité du traitement neuroprotecteur.

L'activité physique améliore les troubles cognitifs et va particulièrement travailler la posture, le mouvement, la coordination et l'équilibre.

L'Association Hapiness bénéficie de l'agrément « **sport sur ordonnance** » pour les personnes atteintes d'une ALD (affection de longue durée), notion à laquelle la maladie de Parkinson est éligible.

Dans chaque cours le nombre de places est limité afin d'assurer un meilleur suivi

COTISATION : Accès libre à tous les cours et salles – Cours pendant les vacances scolaires

Chèques vacances ANCV coupons sports acceptés

Pièces à fournir : Certificat Médical exigé, 1 photo identité, fiche de renseignement

Infos: tel 06 16 61 56 48 Patricia Francelle pfrancelle92@aol.com

LES TARIFS pour la pratique de tous ces cours sont les suivants :

- 180€/an
- 60€/trim
- 10€/le cours d'essai
- Etudiants 160€

Un certificat en cours de validité vous sera demandé à l'inscription

LE PLANNING PREVISIONNEL

LE PLANNING PREVISIONNEL

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salle Bellefeuille 3e étage – 147 bd Jean Jaurès Boulogne					
10h – 11h				Yoga	
15h45-16h45			Tai-Chi		
16h45 – 17h45				Yoga	
Salle Paris – 14 rue de Paris Boulogne					
11h – 12h			Pilates		
Salle Lemaître – 129 rue du Vieux Pont de Sèvres Boulogne					
20h – 21h 21h-22h		Yoga Bollywood			
Cosec : 4/6 rue Victor Grifuelhes Boulogne – Salle de karaté					
14h – 15h	Equilibre				Equilibre
15h – 16h					Stretching