

Découvrez Nos pratiques

Gym santé

Gym sur chaise

Gym douce

Yoga postural

Pilates

Cardio-training

Fullbody

Bodyzen

Bodyflow



Maison Sport Santé

Agréée par l'Etat à
Saint-Sever



Mettez votre santé au **défi !**

**Prenez rendez-vous
maintenant !**

Cap Sport santé,
3 place Louis Fournier,
Saint-Sever

06 02 47 23 96

www.cap-ss.fr



**Prenez rendez-vous
maintenant !**

 **Cap Sport Santé,**
3 place Louis Fournier,
Saint-Sever

☎ 06 02 47 23 96

www.cap-ss.fr



La Maison Sport Santé c'est quoi ?

Cap Sport Santé est une structure qui propose un dispositif d'accompagnement vers l'activité physique pour tous. Les prestations vont de la simple remise en forme à un suivi personnalisé pour les patients atteints de pathologies, pour lesquels l'activité physique est prescrite par un médecin.

Cap Sport Santé est agréée par le **ministère des sports et de la santé**.

Comment en bénéficier ?

Si vous êtes intéressé par la reprise d'une activité physique vous pouvez nous contacter directement et effectuer un **bilan personnalisé gratuit**. Nous vous conseillerons et accompagnerons vers une pratique sécurisée et adaptée à votre condition physique.

Pour la prescription d'une activité physique, la première étape est de **prendre rendez-vous avec son médecin**.

Notre mission

- **Inform**er sur les bienfaits de la pratique régulière d'une activité physique et sportive,
- **Eval**uer vos capacités physiques et élaborer un programme Sport-Santé personnalisé en lien avec des professionnels qualifiés,
- **Orien**ter vers une pratique de proximité et adaptée à vos besoins,
- **Suiv**re votre évolution dans votre pratique.

Notre Offre

Entretien personnalisé*	Bilan sport santé*	Séances sport santé
Gratuit	Gratuit	150€
*Pour tous.	*Pour tous.	Adhésion annuelle : 1 séance collective, semaine : soit 35 séances max
✓ Pas de paiement	✓ Pas de paiement	✓ Paiement par chèque
✓ Rendez-vous obligatoire	✓ Rendez-vous obligatoire	✓ Paiement par espèces
Prendre rendez-vous >	Prendre rendez-vous >	Prendre rendez-vous >

Et c'est pas tout !

Cap Sport Santé regroupe une grande variété de pratiques et de professionnels pour mieux répondre à vos besoins !



VOTRE PARCOURS SPORT SANTÉ