

SPORT & SANTÉ

2025-2026



Du lundi 22 septembre au jeudi 13 février

La Communauté de Communes Châteaubriant-Derval, vous propose un **programme d'accompagnement à la reprise d'activité physique** à l'espace Aquachoisel et sur les infrastructures sportives intercommunales.

AU PROGRAMME

Des activités adaptées : marche active, parcours de motricité, aquagym douce, stretching, promenade à vélos et à vélos avec assistance électrique. Un parcours individualisé de 15 séances (une heure hebdomadaire), encadré par les éducateurs en activités physiques et sportives



LUNDI

14h45 - 15h45 > Activités aquatiques, terrestres ou fitness

MARDI

14h - 15h > Multiactivités

JEUDI

14h45 - 15h45 > Multiactivités

VENDREDI

9h - 10h > Vélo à assistance électrique
10h30 - 11h30 > Vélo

INSCRIPTIONS ET CONDITIONS

Vous êtes **majeur**, orienté par un professionnel de santé et résidez sur le territoire de la Communauté de Communes Châteaubriant-Derval (justificatif de domicile à fournir).

Dossier à retirer à l'espace aquatique Aquachoisel

Séances hors vacances scolaires et jours fériés

AQUACHOISEL

39 rue de la Galissonnière - CHÂTEAUBRIANT
02 40 07 73 78

GRATUIT

En partenariat
avec