

Basket Santé

SINCE 1891



UN OUTIL
DE SANTÉ



UNE PRATIQUE
ACCESSIBLE
À TOUS



UNE PRATIQUE
NON COMPÉTITIVE



Nom du club

LA FLECHE BASKET CLUB (LFBC)

Adresse

**GYMNASE DU QUEBEC
BOULEVARD DU QUEBEC
72200 - LA FLECHE**

Dates

Du 01/10/2026 au 30/06/2027

Horaires

**Mardi 20H15 - 21H30
Samedi 09H00 - 10H00**

Contact

**GOUBARD Julien
0762746572
techniciens.laflechebc@gmail.com**



laflechebasketclub.fr



JOUER - PRENDRE DU PLAISIR - S'AMUSER

ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Pratique non compétitive
- Certificat ou prescription médicale

APPRENDRE - S'AMÉLIORER

- Développer des habiletés, des compétences pour mieux vivre au quotidien

ÊTRE ENSEMBLE

- Rencontres
- Lien social
- Utilisation du collectif pour entretenir la motivation

SE DÉPENSER PHYSIQUEMENT

- Augmenter et / ou maintenir des capacités pour mieux vivre au quotidien

SANTÉ & BIEN ÊTRE : SOCIAL, MENTAL, PHYSIQUE

PUBLICS

- Mixte
- Intergénérationnel (enfants, jeunes, adultes, seniors)
- Avec ou sans pathologie ou déficience

PROGRAMMES BASKET SANTÉ

- Encadrement qualifié et à l'écoute
- Adaptés aux besoins et objectifs des pratiquants
- Evaluation et suivi
- Prescriptible sport sur ordonnance
- Sensibilisation et prévention

LES 6 COMMANDEMENTS



1.
avoir envie

2.
visite médicale
pour mon
certificat



3.
m'inscrire



4.
m'équiper :
chaussures de sport
+ tenue confortable
+ gourde



5.
participer
régulièrement
à l'activité

6.
jouer et prendre
du plaisir !

