

# Basket Santé

SINCE 1891



**UN OUTIL  
DE SANTÉ**



**UNE PRATIQUE  
ACCESSIBLE  
À TOUS**



**UNE PRATIQUE  
NON COMPÉTITIVE**



## **Nom du club**

BOIGNY BC

## **Adresse**

Gymnase Val de Bionne - Rue de ponchapt

45760 - BOIGNY-SUR-BIONNE

## **Dates**

Du 09/09/2024 au 30/06/2025

## **Horaires**

Lundi de 20h30 à 21h30

## **Contact**

TILLAY Celine

06 12 56 78 46

c.tillay@orange.fr



# Basket Santé



**FFBB**  
FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
BASKETBALL



# JOUER - PRENDRE DU PLAISIR - S'AMUSER

## ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Pratique non compétitive
- Certificat ou prescription médicale

## ETRE ENSEMBLE

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

## APPRENDRE - S'AMÉLIORER

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

## 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 !**

