



LES CLUBS EPGV DANS VOTRE DÉPARTEMENT

1. AVARAY / 2. AVERDON / 3. BLOIS / 4. CANDE SUR BEUVRON / 5. CELLETES / 6. CHATILLON SUR CHER / 7. CHAUMONT SUR THARONNE / 8. CHEMERY / 9. CHOUE / 10. CHOUZY SUR CISSE / 11. CONTRES / 12. CORMERAY / 13. COUFFY / 14. COULOMMIERS LA TOUR / 15. COUR CHEVERNY / 16. DANZE / 17. DHUIZON / 18. EPUISAY / 19. FAYE / 20. LA FERTE SAINT CYR / 21. FOSSE / 22. FOUGERES SUR BIEVRE / 23. LE GAULT DU PERCHE / 24. HERBAULT / 25. LAMOTTE BEUVRON / 26. LUNAY / 27. MAREUIL SUR CHER / 28. MER / 29. MONDOUBLEAU / 30. LES MONTILS / 31. MONTLIVAUT / 32. MONTLOIRE SUR LE LOIR / 33. MUIDES SUR LOIRE / 34. NEUNG SUR BEUVRON / 35. NOUAN LE FUZELIER / 36. NOYERS SUR CHER / 37. OUCQUES / 38. OUZOUEUR LE MARCHÉ / 39. PRUNAY CASSEREAU / 40. ROMORANTIN LANTHENAY / 41. SAINT AMAND LONGPRE / 42. SAINT BOHAIRE / 43. SAINT CLAUDE DE DIRAY / 44. SAINT MARTIN DES BOIS / 45. SAINT OUEN / 46. SAINT ROMAIN SUR CHER / 47. SAINT SULPICE DE POMMERAY / 48. SALBRIS / 49. SARGE SUR BRAYE / 50. SAVIGNY SUR BRAYE / 51. SELOMMES / 52. SUEVRES / 53. THORE LA ROCLETTE / 54. THOURY / 55. TOUR EN SOLOGNE / 56. LA VILLE AUX CLERCS / 57. VILLEFRANCHE SUR CHER / 58. VILLENY / 59. VINEUIL



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



@EPGV41



Maison Départementale des Sports - 1 avenue de Châteaudun
BP 50050 - 41913 Blois Cedex
02 54 42 37 41 - contact@codep41epgv.fr

Permanences Mardi & Jeudi : 14h-16h

www.sport-sante.fr/ffepgv/loiretcher



1ère **fédération non-compétitive**,
pionnière du **Sport Santé**
Activités accessibles **à tous** dans un
climat convivial, encadrées par des
professionnels diplômés
à proximité de chez vous

La Fédération Française EPGV :

- + de 510 000 adhérents
- + de 6 000 clubs affiliés dans toute la France
- + de 7 000 animateurs sportifs à votre service



DANS LE DÉPARTEMENT DU LOIR-ET-CHER



+ 4 600 pratiquants



+ 60 clubs



+ 80 animateurs



+ 180 dirigeants bénévoles



1 commune sur 5 a un lieu de pratique EPGV



+ 250 séances par semaine



+ 70 lieux de pratiques



5^{ème} ligue sportive départementale

Sources : base de données Iréseau FFEPGV ; «les chiffres-clés du sport» mars 2017 - CCI CVL & INSEE CVL - Répartition départementale des licences sportives (hors ATP) par fédération française agréée en 2016 <http://www.sports.gouv.fr>

LES MISSIONS

➤ **Favoriser** le développement des pratiques physiques et sportives pour tous dans le département

➤ **S'imposer** comme un acteur majeur et expert du «Sport Santé»

➤ **Accompagner** les clubs du réseau EPGV dans le développement de leur projet associatif

➤ **Accompagner** les animateurs du réseau EPGV dans leur projet professionnel

LES ACTIVITÉS SPORT SANTÉ

LA SÉANCE GYM VOLONTAIRE POUR LES ENFANTS

- De 9 mois à 3 ans, des séances avec les parents/assistantes maternelles
- De 3 ans à 6 ans, des séances pour bien grandir
- De 7 ans à 12 ans, des séances funs, ludiques et techniques



LA SÉANCE GYM VOLONTAIRE EN SALLE

- Activités Chorégraphiées : Step, LIA, Aero Move®, etc.
- Renforcement Musculaire : Musculation avec ou sans matériel, Fit'Ball
- Activités Cardio : Cross Training Sport Santé, Boxing Energy, HIA, etc.
- Activités Zen : Stretching, Body Zen, Pilates, Do In, Gym'Posturale®, Yoga



LA SÉANCE GYM VOLONTAIRE EN EXTÉRIEUR

- Marche Nordique Sport Santé
- Gym'Oxygène
- Acti'March'®



«BIEN VIEILLIR» SÉANCE GYM VOLONTAIRE OU EN ATELIER

- Séances pour les seniors dans nos clubs EPGV
- Gymmémoire® pour entrainer sa fonction mémoire et améliorer son attention
- Atelier «L'équilibre, où en êtes vous ?»© pour la prévention des chutes
- Gym'Autonomie (en institution d'accueil pour personnes âgées)



LA SÉANCE GYM VOLONTAIRE EN ENTREPRISE

- Améliorer la qualité de vie au travail
- Favoriser le bien-être en entreprise
- Renforcer la cohésion sociale
- Prévenir les pathologies liées à la sédentarité



LA SÉANCE GYM VOLONTAIRE COMME ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTIQUE

- Diabète & Surpoids

