

LES CLUBS EPGV DANS VOTRE DÉPARTEMENT



































15 avenue des sablons - 28000 CHARTRES 02 37 33 09 74 - codep-gv28@epgv.fr

Permanences le Lundi, Mercredi, Jeudi 10h-12h30/14h-17h30

www.sport-sante.fr/ffepgv/eureetloir



lère 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





DANS LE DÉPARTEMENT D'EURE-ET-LOIR



+ 6 500 pratiquants



+ **75** clubs



+80 animateurs



+ 200 dirigeants bénévoles



1 commune sur 5 a un lieu de pratique EPGV



+ 460 séances par semaine



+ 90 lieux de pratiques



5^{ème} lique 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 acréée en 2016 http://www.sports.com/ur

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 à l'année pour les séniors 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 agées)

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

- Gym'Après Cancer®
- Diabète & Surpoids
- Maladies Cardio-respiratoires
- Maladies Neurologiques