



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports

**SPORT-SANTÉ
BIEN-ÊTRE**



Pratiquez une activité physique régulière

Reprenez goût à l'effort

Soyez acteur de votre santé

NOUS CONTACTER



01.44.16.62.62



www.puc.paris



accueil@puc.asso.fr



[puc.paris](https://www.facebook.com/puc.paris)

Le PUC Sport-Santé Bien-Être vous propose les activités :

GYM DOUCE

MARCHE NORDIQUE

SPORTS COLLECTIFS :
Baseball, Handball



ESCRIME

BADMINTON

BOXE ANGLAISE

OFFRE PUC SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

Prise en charge
complète
(entretien, séances
d'Activités Physiques
Adaptées)

Du 9 Mars au 30 Juin
2017

100 €

1 à 3 séances/semaine

Progresser à votre
rythme à l'aide de
nos éducateurs
formés au
"Sport Santé"



Le programme s'adapte à vos besoins :

Il améliore votre état de santé grâce à la
pratique du sport

Il prévient les chutes et favorise votre
bien-être psychologique

Il réduit votre perte d'autonomie

Il rompt l'isolement social

Le PUC Sport-Santé Bien-Être s'adresse aux personnes :

- ✓ Atteintes d'affections longues durées
- ✓ En surpoids
- ✓ Agées
- ✓ Sédentaires

