



# AVIRON-SANTE

**Plaisir, Santé, Bien-être !**



**Vous êtes touché(e) par un cancer, le diabète,  
ou autres pathologies chroniques ou de longue durée, le surpoids...  
Découvrez ou retrouvez le plaisir de pratiquer une activité physique  
bénéfique pour votre santé et votre bien-être.**

## **Venez découvrir l'aviron !**

**Un sport complet, d'endurance, porté et non traumatisant.  
Améliore la condition physique, la santé, la qualité de vie.  
Le geste du rameur, accessible à tous grâce aux différentes pratiques  
en salle et sur l'eau (bateau individuel ou d'équipe).**

**Un programme adapté, un suivi personnalisé.  
Avec une entraîneure diplômée aviron-santé.  
Un accueil sportif, convivial et bienveillant.**

**Séances les  
lundis et mercredis après-midi  
14h - toutes pathologies  
16h - cancer du sein  
au centre sportif de Bellecin à Orgelet**

**Club d'aviron de Vouglans  
Centre sportif de Bellecin 39270  
ORGELET  
avironvouglans@yahoo.fr  
www.avironvouglans.com**

**Prise en charge partielle des licences  
pendant 3 ans .  
Gestes barrières adaptés à l'activité.**

**Pour tous renseignements -  
MESSI Marie-Annick  
Entraîneuse aviron-santé  
06 35 90 28 63  
m.a.messi@orange.fr**

SNPI

Ne pas jeter sur la voie publique

