

Sporthygée

**Marc TOURNEMAINE - enseignant en APA à
Villeneuve-d'Ascq (59)**

Fiche mise à jour le 25 février 2026 à 15:57



SPORTHYGEE
COACH SPORTIF SANTÉ

Contact

Sporthygée

25 Rue du Carrousel,
59650 Villeneuve-d'Ascq

[07 86 49 43 18](tel:0786494318)
sporthygee@gmail.com
<https://www.sporthygee.fr/>

Qualifications

Licence Staps APA-Santé
Master Staps APA-Santé

Carte professionnelle :

05919ED0117 - [voir sur sports.gouv.fr](http://voir_sur_sports.gouv.fr)

Intervention au domicile : NON

Déplacement : 60 km autour de Villeneuve-d'Ascq (59650)

Description

SPORTHYGÉE - Liberté de mouvement. Santé durable.

Sporthygée accompagne celles et ceux qui souhaitent retrouver un corps mobile, solide et durable, pour vivre sans douleurs et sans contraintes.

Fondée par un enseignant en Activité Physique Adaptée, l'entreprise est née d'une conviction forte :

- le mouvement est un soin.
- l'activité physique adaptée est un levier essentiel de longévité.

À Villeneuve d'Ascq et sur la métropole lilloise, Sporthygée propose un accompagnement personnalisé en activité physique adaptée :

- À domicile
- En entreprise
- En studio au sein d'une maison de soins
- En suivi individuel sur mesure

Chaque accompagnement débute par une évaluation complète :

- ✓ Mobilité
- ✓ Équilibre
- ✓ Posture
- ✓ Force fonctionnelle
- ✓ Endurance adaptée
- ✓ Habitudes de vie

L'objectif n'est pas de "faire du sport".

L'objectif est de **réapprendre à bouger intelligemment**, de restaurer les capacités naturelles du corps et de construire une santé durable.

Sporthygée s'adresse à celles et ceux qui veulent :

- Réduire ou supprimer leurs douleurs

- Retrouver de l'énergie au quotidien
- Prévenir le vieillissement prématuré
- Se sentir libres dans leurs mouvements
- Investir dans leur longévité

Parce que bien bouger, c'est vivre mieux.
Parce qu'un corps entretenu est un corps qui dure.

Réservez votre bilan personnalisé

Et commencez à construire un corps qui vous accompagne longtemps.



Cette fiche de [SFP-APA](#) est mise à disposition selon les termes de la [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale 4.0 International](#).