

# AKANTHOS

## Baptiste MEZIERE - enseignant en APA à Saint-Berthevin (53)

Fiche mise à jour le 9 avril 2020 à 13:48



### Contact

#### AKANTHOS

Zone Le Millénium, Rue des Gandonnières  
53940 Saint-Berthevin

[06 44 66 67 05](tel:0644666705)

[baptiste.meziere@live.fr](mailto:baptiste.meziere@live.fr)

<https://akanthos.fr>

### Qualifications

Licence Activité Physique Adaptée et Santé

### Carte professionnelle :

05316ED0022 - [voir sur sports.gouv.fr](http://sports.gouv.fr)

Intervention au domicile : **OUI**

Déplacement : 20 km autour de Saint-Berthevin (53940)

## Description

Mise en place de séances d'activités physiques adaptées à votre santé:

Dès la première séance, je réalise un bilan afin d'évaluer votre condition initiale et de déterminer vos forces et faiblesses.

- en petits groupe (maximum 6 personnes): les séances se déroulent au Sport In Park à St Berthevin. Tous les exercices sont adaptés à vos besoins et vos envies. La séance dure 1 heure.

- en individuel: je me déplace à votre domicile (Laval aggro) ou vous vous déplacer au Sport In Park à St Berthevin. La séance dure 1 heure.

### Qualifications complémentaires

Master Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

Licence Entraînement Sportif



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](#).