

Emeline R - Sophrologie et Sport Santé

Emeline REGNIER - enseignant en APA à Pérenchies (59)

Fiche mise à jour le 2 août 2021 à 15:04



SOPHROLOGUE & ENSEIGNANTE APA

Contact

Emeline R - Sophrologie et Sport Santé

55, rue de la prévôté
59840 Pérenchies

[07 49 41 89 65](tel:0749418965)

emeline@sophroportlille.fr

<https://sophroportlille.fr/>

Qualifications

Licence en Activité Physique Adaptée et Santé - Université de Lille

Master APA interrompu car obtention d'un contrat de 2ans au Canada, en camps de vacances et de répit dédiés aux personnes à besoins spécifiques. (Grand Village - Lévis (Québec))

Carte professionnelle :

05917ED0182 - [voir sur sports.gouv.fr](https://sports.gouv.fr)

Intervention au domicile : OUI

Déplacement : 10 km autour de Pérenchies (59840)

Description

Bienvenue sur mon profil membre SFP-APA !

Je suis Emeline, enseignante en activité physique adaptée et santé (APA-s) depuis 2016 et sophrologue formée par l'Institut de Formation en Sophrologie depuis 2020.

Installée en libéral, je vous accueille au sein de l'Espace Santé de Pérenchies (accès transport en commun depuis Lille + parking réservé) où je dispose d'un cabinet mais aussi d'une salle avec le matériel nécessaire aux **séances "bien-être"**; d'un accès au **plateau des kinés** ainsi qu'à la **balnéothérapie** de l'Espace Santé.

Je réalise des **bilans de condition physique** ainsi que des **protocoles d'accompagnements personnalisés et adaptés** relevant du Sport santé - Sport sur ordonnance - Remise en forme - Ré-entraînement à l'effort - Surpoids/obésité - ALD/Maladie chronique - Grossesse - Séniors - Déficience intellectuelle - TSA, dans la métropole lilloise et ses environs.

Je vous accompagne également, grâce à la sophrologie, à prendre conscience de vos capacités, votre potentiel et votre richesse personnelle afin de faire face à vos difficultés du quotidien ou à une problématique spécifique.

En vous reconnaissant dans votre globalité et singularité, **vous serez capable d'agir sur les aspects physiques, émotionnels et mentaux qui impactent votre santé et votre bien-être.** Vous pourrez ainsi retrouver de la Motivation - Vitalité - Confiance en soi - Diminuer l'anxiété - Baisse du stress - Amélioration de la qualité du sommeil - Meilleure estime de soi - Augmentation de la maîtrise émotionnelle - Gestion de la douleur - Prévention Burn-out ou post Burn-out - Meilleure gestion des angoisses, peurs - Post partum ...

Selon votre préférence et possibilité de déplacement, sachez que je peux intervenir **à domicile** (Gratuitement dans les communes de Pérenchies, Verlinghem, Lomme, Lambersart, Marquette-lez-Lille, Wambrechies, Saint-André-lez-Lille, Lille) et **par téléconsultation.**

Séance individuelle ou collective (max 4pers.)

Particuliers et entreprises.

SUR RENDEZ-VOUS uniquement.

Possibilité de réservation et informations sur <https://sophrosportlille.fr/>

Bien à vous,

Emeline REGNIER

Qualifications complémentaires

Sophrologue certifiée en 2020 (formée à l'Institut de Formation en Sophrologie)

PSC1 validé

Certificat Pilâtes Niveau 2.



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](#).