APA Santé 3D

Valérie GUEZENNEC - enseignant en APA à Étoile-sur-Rhône (26)

Fiche mise à jour le 27 janvier 2022 à 11:08



Contact

APA Santé 3D
4 rue de la fontaine couverte
26800 Étoile-sur-Rhône

06 15 89 46 38
apasante3d@gmail.com
https://www.apasante3d.fr/

Qualifications

Licence STAPS APA Santé à l'université de GRENOBLE

Carte professionnelle :

02621ED0158 - voir sur sports.gouv.fr

Intervention au domicile : OUI

Déplacement : 20 km autour de Étoile-sur-Rhône (26800)

Description

Je vous propose des séances d'Activités Physiques Adaptées telles que: la gymnastique douce, le renforcement musculaire, la relâxation, le stretching, la marche, le vélo, le golf ou d'autres activités en extérieur .....

Je me déplace chez vous ou sur des installations en extérieur proche de chez vous (parcs ou chemins adaptés).

Séance individuelle, en couple ou en groupe (proposition à la demande) dans un rayon de 20km autour de Valence.

Mes principaux objectifs en prenant en compte la personne dans ses 3 dimensions (motrice, cognitive et psycho sociale):

- donner goût à l'activité physique

- amélioration de la condition physique et des capacités fonctionnelles

- pratiquer en toute sécurité

- amener vers une autonomie dans sa pratique et dans la vie quotidienne.

Qualifications complémentaires

CAPEPS en 2001: professeur d'EPS depuis 20 ans
ETP : Education Thérapeutique du Patient
Formation sur l'obésité pédiatrique.

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.