



CLUB FFC
**PÉDALER
SANTÉ**

*Je prends soin de ma santé,
je vais pédaler*

POUR QUI ?

Toute personne atteinte
d'une pathologie chronique
sur prescription médicale



PAR QUI ?

Un éducateur sportif ayant suivi
la formation Coach Vélo Santé

CYCLISME SANTÉ

POUR QUOI ?

-  Ralentir l'évolution
des maladies chroniques
-  Limiter leurs complications
et leurs récives
-  Améliorer votre endurance
cardiovasculaire
-  Diminuer la prise de certains
traitements médicamenteux
-  Prévenir les risques de chute
-  Lutter contre le surpoids
et l'obésité
-  Diminuer l'anxiété
et la dépression
-  Maintenir et développer
votre lien social

MON CLUB PÉDALER SANTÉ

U. C. VIRON

Alain, coach Vélo Santé
06 28 20 90 27



Ma Santé, je la préserve !

1^{ère} séance le 07/03/24