

# Maison Sport Santé Itinérante

**SUR INSCRIPTION**



## Programme Mouv'Algie

Pour les personnes souffrant  
de troubles musculo-squelettiques

**Vous souffrez de troubles musculo-squelettiques avec des douleurs articulaires, musculaires, tendineuses ? Nous vous proposons un accompagnement personnalisé, adapté à vos besoins, encadré par une enseignante en activité physique adaptée (EAPA) !**

**12 séances**

-

**8 personnes**

-

**1 bilan initial**

-

**1 bilan final +  
orientation**

## **SÉNÉ**

**Mardi : 18h00-19h00**

### **1er trimestre**

**16/09/2025 au 16/12/2025**

**Salle Boëd - Le Derf**

### **2ème trimestre**

**06/01/2026 au 24/03/2026**

**Salle Boëd - Le Derf**

### **3ème trimestre**

**31/03/2026 au 16/06/2026**

**Sall'Icorne**

## **Tarifs :**

**125 € / personne**

**pour 10 séances APA + 2 séances diététique/sophrologie**

***CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE***

***Possibilité de prise en charge par votre mutuelle***

***Si suivi réglé et en cours par la Maison Sport Santé, 85€ / personne***

## **Contact :**

**En collaboration avec :**

**Solène ROUSSÉE**

**Diététicienne - Sophrologue**

**Mathilde NEDELEC**

**Enseignante APA**

**06 20 00 55 75**