



PLATEFORME SPORT, SANTÉ, BIEN-ÊTRE

Ville de Narbonne

SPORT sur ORDONNANCE



La SANTÉ
par le
SPORT

UNE ACTIVITÉ
PHYSIQUE
PRESCRITE
PAR VOTRE
MÉDECIN



Narbonne
AU CŒUR DES POSSIBLES

SPORT SUR ORDONNANCE

Bien plus que du sport !

OBJECTIFS

La plateforme " Sport, Santé, Bien-être " propose de l'activité physique adaptée à votre pathologie sur prescription médicale.

Vous avez une ALD ou maladie chronique (maladie cardio-vasculaire, diabète, obésité, Parkinson...) ?

Parlez-en à votre médecin !

**De l'activité
physique pour
lutter contre
les maladies
chroniques**

**Cycle de 5 mois,
2 à 3 séances/semaine**

ACTIVITÉS

Cardio santé
Taï chi
Qi-gong
Gym équilibre
Marche santé
Pilates
Natation santé
Renforcement musculaire
Stretching

 **04 68 90 30 18**



HORAIRES
du lundi au vendredi
de 9h à 12h
et de 14h à 17h

Infos+

Direction de la santé - Plateforme " Sport, Santé, Bien-être "
Parc des Sports et de l'Amitié, avenue Pierre-de-Coubertin
Tél. 04 68 90 30 18
sport-sante@mairie-narbonne.fr