

MUTUELLE*	REMBOURSEMENT	PUBLIC
ADREA Mutuelle	Jusqu'à 500€ sur 2 ans	ALD ou arrêt de travail (> à 3 mois)
CCMO	15€ à 50€ par séance pour 10 séances/an	Tous publics
CNM Prévoyance	Jusqu'à 200€ maximum par an	Tous publics
EOVI MCD Mutuelle	Bilan complet	> 55 ans
Harmonie Mutuelle	60€ à 240€ par an	ALD
M comme Mutuelle	Jusqu'à 150€ maximum par an	Tous publics
MAIF	Jusqu'à 500€ sur 2 ans	ALD + victimes accidentées
MATMUT Ociane Matmut	Jusqu'à 400€ par an	ALD
MGEN	Jusqu'à 500€ sur 2 ans	ALD
MNH - Mutuelle Nationale Hospitaliers	40€	> 55 ans
Mutuelle des sportifs	Jusqu'à 500€ sur 2 ans	ALD + victimes accidentées
Mutuelles du Soleil	1% du forfait PMMS (environ 33€/mois)	ALD
Mutuelle Just	Jusqu'à 150€ maximum par an	-
Swiss Life	50% du bilan physique de l'assuré qui pourra ensuite bénéficier de 3 programmes sportifs	ALD

* Liste non exhaustive.

CONTACT

Alexandre MAZURIER - 06 38 67 60 77
mazurieralexandre@gmail.com



CONTACT DU CLUB :
Alexandre MAZURIER
06 38 67 60 77
mazurieralexandre@gmail.com

POUR INFO

De plus en plus de mutuelles prennent en charge les séances de sport santé, renseignez-vous !

TENNIS SANTÉ & BIEN-ÊTRE

Le tennis s'adapte à vous et à votre pathologie

Draveil Citadelle TC - 4, rue de la Citadelle - 91210 DRAVEIL - draveil-citadelle.tc@fft.fr

Un sport adapté et sécurisé pour mieux accepter le traitement et réduire les risques de récurrence :

- AFFECTION LONGUE DURÉE
- CANCER
- HYPERTENSION ARTÉRIELLE
- MALADIES CARDIOVASCULAIRES
- DIABÈTE DE TYPE 2
- OBÉSITÉ...

QU'EST-CE QUE LE TENNIS SANTE ?



Depuis 2017, le sport peut être prescrit sur ordonnance pour réduire la fatigue liée aux traitements de certaines pathologies, diminuer le nombre de récidives et créer du lien social pour lutter contre la sédentarité. La Fédération Française de Tennis a fait valider les bienfaits du tennis par la communauté médicale et propose au travers du Tennis Santé des séances adaptées aux besoins de chacun.

QUELQUES CHIFFRES PROUVÉS PAR DIFFÉRENTES ÉTUDES MÉDICALES :

RÉDUCTION DE LA MORTALITÉ CARDIOVASCULAIRE :

56%

pour les sports de raquettes (n°1 du classement)

9,7 ANS

Allongement de l'espérance de vie concernant le tennis (n°1 du classement)

RÉDUCTION DE

25%

le risque de récurrence avec un exercice physique régulier après un infarctus

30 MN

d'activité physique par jour 5 fois par semaine diminue le risque de cancer du sein et du côlon de 25%

POUR QUI ?

Sur présentation d'une ordonnance du médecin, nous pouvons accueillir les personnes ayant une des affections suivantes :



Cancer du sein, de la prostate ou du colon (forme localisée sans métastase)



Artériopathie Oblitérante des Membres Inférieurs (AOMI)



Hypertension Artérielle (HTA)



Diabète de type 2



Obésité

QUELS CRÉNEAUX ?

Les créneaux sont ajustables en fonction de vos disponibilités. Prenez contact avec Alexandre pour déterminer avec lui le moment du cours.

LES TARIFS

CONTENU	TENNIS SANTÉ	TENNIS + DE 65 ANS
1h de cours	5 €	8 €
Cycle de 10 séances	45 €	75 €

De plus

- Première séance offerte
- La licence tennis (30€) est offerte à toutes les personnes bénéficiant de l'offre Tennis Santé
- Un bilan initial individualisé est fait pour toutes les personnes participantes au Tennis Santé et Tennis + 65 ans