LIGUE ÎLE-DE-FRANCE DE TENNIS

# UNE PRATIQUE LUDIQUE POUR PRENDRE SOIN DE VOTRE SANTÉ

ENCADRÉE PAR UN ENSEIGNANT FORMÉ

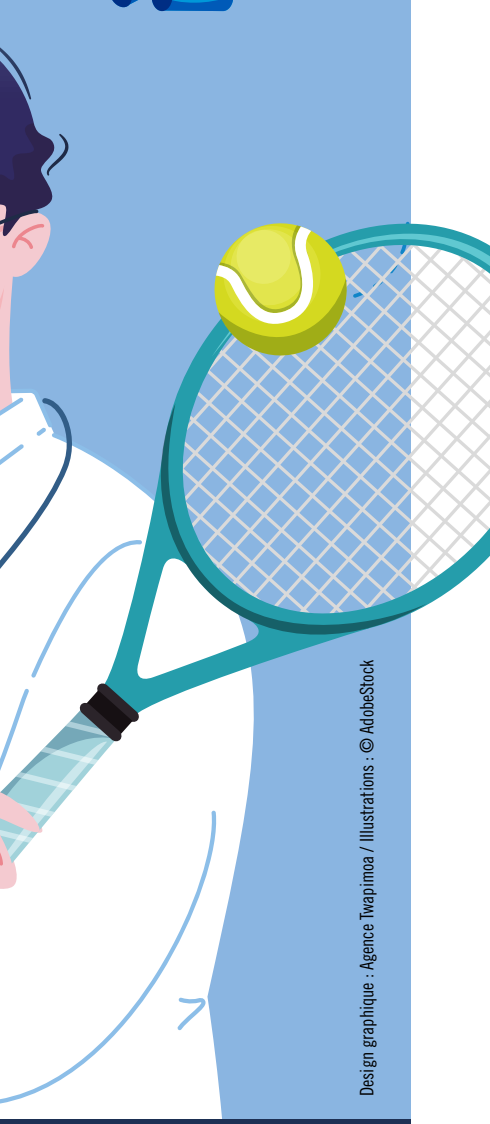
**ADAPTÉE** **PROGRESSIVE** **SÉCURISÉE**

# TENNIS SANTÉ

## Quand ?

## Pour qui ?

AVC
CANCER
DIABÈTE
HTA
OBÉSITÉ
STRESS
SURPOIDS
VIEILLISSEMENT
ET BIEN D'AUTRES...



Design graphique : Agence Twapimoa / Illustrations : © AdobeStock

**En prévention ou en traitement, parlez-en à votre médecin**

*Et rejoignez notre club labellisé* TENNIS FÉDÉRATION FRANÇAISE CLUB TENNIS SANTÉ