

# La pratique du rameur à STRASBOURG

*Ouvert à tous les adhérents France Parkinson, à jour de leur adhésion*

## QUAND ?

Le mardi et le vendredi de 10 h à 11 h.

*La tenue des séances est répertoriée sur le calendrier du mois sous la rubrique « Calendriers des Activités » du site internet du Comité 67 (<https://www.franceparkinson.fr/comite-67/>). Consultez-le régulièrement.*

## OÙ ?

Villa KNOFF – 10 rue Schiller - Strasbourg

## DESCRIPTION :

Le Programme d'Entraînement Personnalisé Parkinson (PEP'Park) s'adapte aux malades parkinsoniens et prend en compte leurs problématiques et leurs besoins.

La pratique du rameur fait travailler les principaux groupes musculaires (jambes, bras, dos, abdominaux, fessiers) tout en sollicitant le système cardio-vasculaire.

Les séances de PEP'Park sont dispensées, dans une ambiance musicale, par des professionnels d'INDOOR Santé, formés spécifiquement à cette approche.

## TARIFS :

200 €/an, [une séance découverte offerte](#)

2 possibilités de paiement :

1. Règlement en 1 fois (1 chèque de 200 € encaissé en janvier)
2. Règlement en 2 fois (2 chèques de 100 € encaissés en janvier et juillet)

## PÉRIODICITÉ :

96 séances, soit 11 mois d'activité sportive sur l'année.

## CONTACT POUR L'INSCRIPTION :

Référente : Elisabeth BARRESI - ☎ 06 71 60 10 79

