



Journée SPORTS à L'HÔPITAL

de 9h à 17h
VENDREDI
13 mai 2016
CENTRE HOSPITALIER DE MEAUX

> ateliers sport découverte de 11h00 à 16h

Activités assurées par les associations sportives partenaires de l'OMS.

Patients et visiteurs :

Parcours individuels ou séances collectives - **30 mn**

- Pour les patients, les inscriptions se font auprès de votre médecin référent hospitalier après avis favorable à la pratique d'une activité physique.
- Pour les visiteurs, les inscriptions aux ateliers se font le jour J sur le stand d'accueil de l'OMS. (Un Questionnaire d'Aptitude à l'Activité Physique (Q-AAP) vous sera remis et devra être rempli pour valider votre participation).

Je participe aux ateliers sport découverte :

- Aviron indoor** - Cour extérieure (bâtiment C) - (toutes les heures à partir de 11h) (8 à 14 places par session)
- Boule lyonnaise** - Cour extérieure (bâtiment C) - (toutes les heures à partir de 11h30) (8 à 14 places par session)
- Marche nordique** - Cour extérieure (bâtiment C) - (toutes les heures à partir de 11h) (20 places maximum par session)
- Stretching postural** - Salle des Finances (rdc, bâtiment Direction Générale) (toutes les heures à partir de 11h30 sauf 12h30 et 13h30) - (10 places maximum par session)

Je ne participe pas aux ateliers sport découverte.



Journée SPORTS à L'HÔPITAL

de 9h à 17h
VENDREDI
13 mai 2016

CENTRE HOSPITALIER DE MEAUX

> ateliers sport découverte de 11h00 à 16h

Activités assurées par les associations sportives partenaires de l'OMS.

Votre participation aux ateliers ne pourra se faire que si le Questionnaire d'Aptitude à l'Activité Physique (Q-AAP) est favorable.

Professionnels du GHEF :

Je participe aux ateliers sport découverte :

Séances collectives

- Course à pied pédagogique** - *Chemin blanc (départs hall de la cafétéria)*
(20 places maximum par session) - **30 mn** (11h et 15h)
- Body combat, Zumba, Step** - *Cour extérieure du self*
(10 places maximum par session) - **20 mn** (toutes les 1/2h de 11H30 à 15h30)

Parcours individuels ou séances collectives - **30 mn**

- Aviron indoor** - *Cour extérieure (bâtiment C)* - (toutes les heures à partir de 11h)
(8 à 14 places par session)
- Boule lyonnaise** - *Cour extérieure (bâtiment C)* - (toutes les heures à partir de 11h30)
(8 à 14 places par session)
- Marche nordique** - *Cour extérieure (bâtiment C)* - (toutes les heures à partir de 11h)
(20 places maximum par session)
- Stretching postural** - *Salle des Finances (rdc, bâtiment Direction Générale)*
(toutes les heures à partir de 11h30 sauf 12h30 et 13h30) - (10 places maximum par session)
- Je ne participe pas aux ateliers sport découverte.

Pour vous inscrire, renvoyez ce bulletin et le Q-AAP remplis et scannés à contact@oms-meaux.fr

Pour plus d'informations, contactez le **01 64 33 38 73**