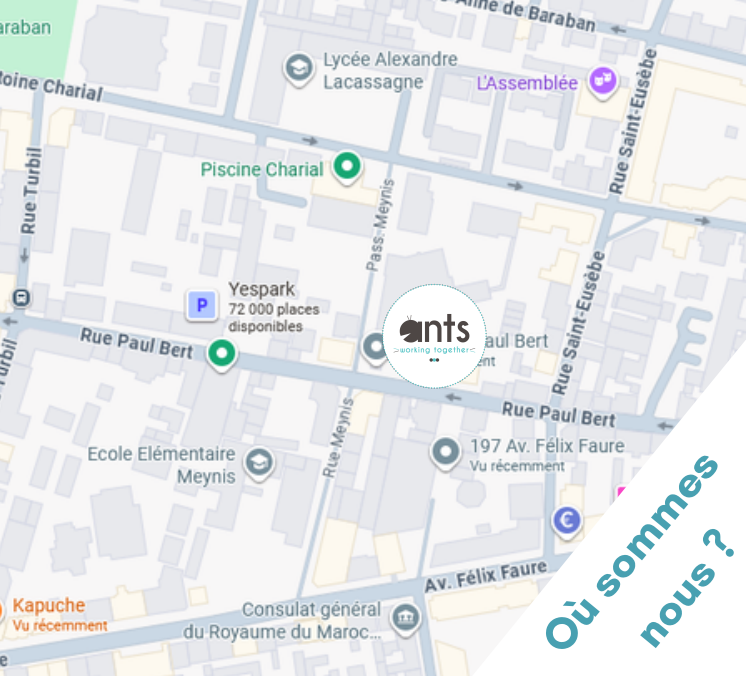




CONTACT

305 rue Paul Bert 69003 Lyon

06 24 76 47 71

sport@ants-asso.com

QUI SOMMES NOUS ?

Créée en 2015 à Lyon, ANTS est une association ayant pour but de favoriser l'inclusion des personnes avec un déficit moteur par l'équité d'accès à l'activité physique adaptée et aux nouvelles technologies.

Depuis 2019, nous vous proposons d'adhérer à notre salle S.P.O.R.T. à partir de

40€/MOIS

SUIVEZ-NOUS

ants-asso.com



S.P.O.R.T.

Stimulating People and Organizing Recreational Therapies



Salle d'Activités Physiques Adaptées





L'ÉLECTRO-STIMULATION NOTRE ORIGINALITÉ

La stimulation des membres, inférieurs et supérieurs additionnée à une activité physique a de nombreux bénéfices :

- **Lutter** contre les risques cutanés (escarres)
- **Limiter** la déminéralisation osseuse
- **Réduire** les troubles de la circulation sanguine, la perte de masse musculaire ou encore l'apparition de spasticité...

LA SALLE S.P.O.R.T. C'EST...

Reprendre **goût au sport** et pratiquer en toute **convivialité** !
Retrouver des équipements **innovants** et **uniques** en France !



BÉNÉFICES DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



- ↗ qualité de vie
- ↘ physiopathologies associées au handicap
- Meilleure tolérance à l'effort physique et ↘ fatigabilité
- ↗ bien-être et estime de soi
- ↗ capacités cardio-vasculaires et respiratoires
- ↗ capacités physiques

ACTIVITÉS PROPOSÉES

- Musculation
- Vélo à électrostimulation
- Cross training
- Atelier marche et verticalisation



PROGRAMMES ADAPTÉS

OBJECTIF

Développer les pratiques d'activités physiques adaptées aux adultes porteurs d'un handicap moteur.

SUIVI ET ACCOMPAGNEMENT

Par la prise en compte des besoins, des envies, des capacités et objectifs de chacun, nous vous proposons des programmes d'activités adaptées au service de votre bien-être et de votre santé.

PUBLICS VISÉS

- Traumatismes médullaires
- Maladies dégénératives : SEP, Parkinson...
- Lésions cérébrales : AVC, paralysie cérébrale, traumatisme crânien...
- Autres maladies rares : spina bifida, amyotrophie spinale...