



### LES CLUBS EN INDRE-ET-LOIRE

1. AMBILLOU / 2. AMBOISE / 3. AVOINE / 4. AZAY LE RIDEAU / 5. AZAY SUR CHER / 6. BLERE / 7. BOURGUEIL / 8. BRASLOU / 9. BREHÉMONT / 10. CHARENTILLY / 11. CHATEAU LA VALLIERE / 12. CHINON / 13. CHOUZE SUR LOIRE / 14. CORMERY / 15. DRUYE / 16. ESVRES / 17. FERRIERE SUR BEAULIEU / 18. GENILLE / 19. GIZEUX / 20. JOUE LES TOURS / 21. LA MEMBROLLE / 22. LA RICHE / 23. LA TOUR ST GELIN / 24. LA VILLE AUX DAMES / 25. LANGEAIS / 26. LARCAY / 27. LES HERMITES / 28. LIGUEIL / 29. LOCHES / 30. MARCILLY SUR VIENNE / 31. MONTLOUIS SUR LOIRE / 32. NEUVY LE ROI / 33. NOUANS LES FONTAINES / 34. NOUZILLY / 35. PARCAY MESLAY / 36. RESTIGNE / 37. REUGNY / 38. ROCHECORBON / 39. ROUZIERES / 40. SAVIGNE SUR LATHAN / 41. SEMBLANCAY / 42. SEPMEIS / 43. SORIGNY / 44. ST AVERTIN / 45. ST PATERNE RACAN / 46. ST PIERRE DES CORPS / 47. ST ROCH / 48. ST SENOCH / 49. STE MAURE DE TOURAINE / 50. TOURS / 51. VEIGNE / 52. VERETZ / 53. VILLEDOMER / 54. VILLELOIN COULANGE / 55. VOUVRAY

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL D'INDRE-ET-LOIRE D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Maison des Sports • Rue de l'aviation • 37210 Parçay-Meslay

Tél : 02 47 40 25 06 • Mail : indreetloire@comite-epgv.fr

Site Internet : <https://www.sport-sante.fr/epgv-comite-departemental-indre-et-loire/accueil.html>



1ère **fédération non-compétitive**,  
pionnière du **Sport Santé**.  
Activités accessibles **à tous** dans un  
climat convivial, encadrées par des  
**professionnels diplômés**  
à proximité de chez vous.


**La Fédération Française EPGV :**

- + de 440 000 adhérents
- + de 4 600 clubs affiliés dans toute la France
- + de 6 000 animateurs sportifs à votre service

## DANS LE DÉPARTEMENT D'INDRE-ET-LOIRE

 + 5 200 pratiquants

 + 60 clubs

 + 70 animateurs

 + 270 dirigeants bénévoles

 **1 commune sur 5** a un lieu de pratique EPGV

 + 360 séances par semaine

 + 100 lieux de pratique

## LES MISSIONS

➤ **Favoriser** le développement des pratiques sportives pour tous dans le département

➤ **Diffuser** le Sport Santé et les valeurs associatives et humanistes de la FFEPGV

➤ **Accompagner** les clubs et animateurs du réseau EPGV dans leur projet associatif et professionnel

➤ **Assurer** une aide de proximité administrative et technique

## LES ACTIVITÉS SPORT SANTÉ



### UNIVERS ZEN

- Activités Zen : Stretching, Body Zen, Pilates, Do In, Gym'Posturale®, Yoga

### UNIVERS SILVER

- Séances à l'année pour les séniors dans nos clubs EPGV
- **Gymmémoire®** pour entrainer sa mémoire et améliorer son attention
- Atelier «L'équilibre, où en êtes vous ?»© pour la prévention des chutes
- **Gym'Autonomie** (en institution d'accueil pour personnes âgées)



### UNIVERS ENERGY ET DANSE

- Activités Chorégraphiées : Step, LIA, Aero Move, etc.
- Renforcement Musculaire : Musculation avec ou sans matériel, Fit'Ball
- Activités Cardio : Cross Training Sport Santé, Boxing Energy, HIA

### UNIVERS ENFANTS

- De 9 mois à 3 ans, des séances avec les parents/accompagnants
- De 3 ans à 6 ans, des séances pour bien grandir
- De 7 ans à 12 ans, des séances funs, ludiques et techniques



### UNIVERS ENTREPRISE

- Améliorer la qualité de vie au travail
- Favoriser le bien-être en entreprise
- Renforcer la cohésion sociale
- Prévenir les pathologies liées à la sédentarité

### UNIVERS OXYGENE

- Marche Nordique Sport Santé
- Gym'Oxygène
- Acti'March'®



### UNIVERS ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTIQUE (APA)

- Gym'Après Cancer
- Diabète & Surpoids
- Maladies Cardio-respiratoires
- Maladies Neurologiques