

# APADIA

Salle d'activité physique adaptée

**PENSEZ  
À RÉSERVER  
VOTRE SÉANCE**  
du lun. au ven.  
de 8h à 20h

*Lieu de pratique  
et de partages où chacun trouve  
sa place sans se sentir jugé.*

- Programme adapté selon votre santé & suivi personnalisé avec un enseignant qualifié
- Tests physiques & bilan à l'entrée
- Structure & matériels adaptés



Séniors



En situation  
de handicap



Problèmes  
de santé



Femmes  
enceintes



Bien être  
physique



Sport sur  
ordonnance

**APA (Activités Physiques Adaptées),**  
est un ensemble d'activités physiques adaptées  
à toute personne qui souhaite pratiquer une activité  
à des fins de santé : pour améliorer l'autonomie et la qualité de vie,  
prévenir l'apparition ou la dégradation des problèmes de santé.

*Ma santé en mouvement !*

Contact : Flora Pinault - ✉ [flora@apadia.fr](mailto:flora@apadia.fr) - ☎ 06 45 70 91 07

📍 15 avenue du Champ de Mars - 45100 ORLÉANS - [www.apadia.fr](http://www.apadia.fr)