



# SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

## Un triptyque exceptionnel au TCC

Le **TENNIS CLUB DE COUTAINVILLE**, labellisé “**CLUB TENNIS SANTE**” par la FFT, est le premier club de **Normandie** et sans doute de **France** à proposer un triptyque exceptionnel d’activités “**SPORT SANTÉ**” avec le **TENNIS**, les **ACTIVITÉS AQUATIQUES** et le **FITNESS**.

Il répond ainsi aux attentes de nouveaux publics.



En effet, **modulables, sécurisés et adaptables** à chacun, quel que soit son âge, son niveau et ses aptitudes physiques, les caractéristiques des activités aquatiques, du tennis et du fitness constituent de formidables atouts pour le **Sport Santé Bien-Être**.

**En plus de leurs vertus thérapeutiques, ces trois activités procurent aux patients participants beaucoup de plaisir et contribuent au maintien et au développement du lien social.**

Les cours, **composés de 5 à 10 personnes selon les activités**, sont organisés pour des patients atteints de pathologies chroniques sur recommandation et prescription médicales de leurs médecins et en partenariat avec la **Maison Sport Santé PLANETH PATIENT de COUTANCES**, et, avec le soutien de **Sport Santé Normandie**. Chaque patient doit se faire remettre par son médecin traitant son dossier médical Sport Santé puis prendre contact avec **PLANETH PATIENT** (Tél : 02 33 76 60 20) pour effectuer son bilan d’entrée, ce qui lui permettra ensuite de choisir son activité physique et son lieu, et, comme nous l’espérons, de venir au **TENNIS CLUB DE COUTAINVILLE**.



[www.sportsantenormandie.fr](http://www.sportsantenormandie.fr)

Chaque cycle a une durée de **10 séances** d’une heure, renouvelable une fois dans la saison, le **premier cycle ayant lieu du 3 octobre au 13 janvier** et le **second, du 23 janvier 2023 au 14 avril 2023** selon le calendrier affiché sur le site internet du club :



**HÉLÈNE** pour le **TENNIS**, **MÉLAINE** et **ÉRIC** pour l’**AQUA** et **MÉLAINE** et **JULIEN** pour le **FITNESS** se feront un plaisir de vous accueillir.

**Les coûts pour les différentes activités** sont les suivants, seuls sont indiqués **les restes à charge** à régler par les participants au **TENNIS CLUB DE COUTAINVILLE** lors de l'inscription, tenant compte de la participation de **PLANETH PATIENT** de **5 € par heure de cours sur 20 séances au maximum**, directement versée au Club :

**TENNIS SANTÉ (5 personnes maxi) :**

**70 € par cycle de 10 séances d'une heure soit l'équivalent de 7 € la séance.**

**Licence FFT obligatoirement en plus, soit 3 € pour une licence découverte valable 3 mois, ou, 32 € pour une licence multi-raquettes dans le cas d'un deuxième cycle, avec une durée supérieure à 3 mois (complément de 29 € à verser alors).**

**FITNESS SANTÉ (10 personnes maxi) :**

**70 € par cycle de 10 séances d'une heure soit l'équivalent de 7 € la séance**

**AQUA SANTÉ (10 personnes maxi) :**

**100 € par cycle de 10 séances d'une heure soit l'équivalent de 10 € la séance**

Par ailleurs, dans l'attente d'un remboursement prochain par la Sécurité sociale, de nombreuses mutuelles, comme notamment **HARMONIE MUTUELLE**, la **MATMUT**, la **M.A.A.F**, la **M.A.I.F.**, la **MGEN** proposent à leurs sociétaires en affectation de longue durée ou accidentés, une garantie « Sport sur ordonnance », non négligeable. Cf. sur leurs sites respectifs.

Les personnes souhaitant participer aux cours **SPORT SANTÉ** sans passer par le circuit de **PLANETH PATIENT** devront prendre à leur charge, au moment de leur inscription, le complément de 50 € par cycle de 12 séances.

**Pour renseignements et/ou inscriptions, [www.tenniscoutainville.fr](http://www.tenniscoutainville.fr)  
ou contacter le secrétariat du TCC au 02 33 47 08 90**

**ATTENTION :** Les inscriptions sont à faire **au secrétariat du Club (Tél : 02 33 47 08 90)** aux horaires de ses permanences ou par mail sur [tccoutainville@fft.fr](mailto:tccoutainville@fft.fr) et non en ligne sur l'application du TCC.

