Fiche info - dirigeants & animateurs sportifs du club EPGV

FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORT VITALITÉ
COMITÉ RÉGIONAL EPGV PROVENCE-ALPES-CÔTE-D'AZUR

# Le Pack Sport Santé

# Tous prêts pour la rentrée !

## 1 OBJECTIF

Promouvoir un mode de vie sain et actif par le biais **d'activités physiques et/ou sportives** nombreuses et variées pour le plus grand nombre dans une dynamique de prévention et **d'éducation à la santé.**

## 2 Un mode de vie actif

Inciter tous les licenciés à faire au moins 3 séances par semaine, c'est bon pour leur santé et recommandé par la Haute Autorité de Santé !!

C'est faisable dans notre club EPGV !
2 séances encadrées (salle et ou extérieur)
+ 1 séance en autonomie (grâce à l'application Sport Santé)

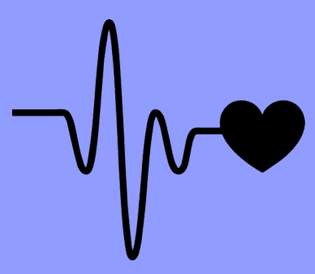
## 3 Un mode de vie sain

Accès à l'application Sport Santé dès la rentrée 2025 !

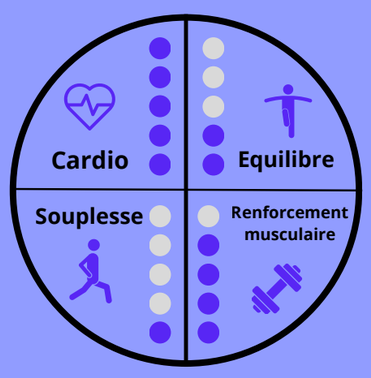
Accès à des séances en ligne, à des fiches, Podcasts sur la gestion du stress, le sommeil, l'alimentation ...

## Mes 3 rendez-vous sport santé de la semaine

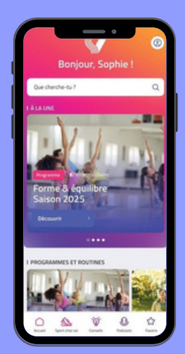
Pour être bénéfique pour la santé, les séances devront comporter :



2 pics cardio




3 piliers sur 4 à chaque séance




Des conseils et des séances en ligne

## 4 Les avantages clubs !

Nouvelle offre de pratique à la rentrée : Le Pack Sport-Santé !
Des encadrants de qualité au fait des évolutions de pratique qui proposent des séances en lien avec les recommandations scientifiques..
Une application en + de l'offre de pratique dans son adhésion annuelle
Se positionner auprès de la ville... et accroître sa notoriété Sport-Santé !

Comité Régional EPGV PACA - Novembre 2026

Fiche info - dirigeants & animateurs sportifs du club EPGV

FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORT VITALITÉ
COMITÉ RÉGIONAL EPGV PROVENCE-ALPES-CÔTE-D'AZUR

# Comment mettre en place le Pack Sport Santé ?

# Tous prêts pour la rentrée !

## 1 COMMUNIQUER ...

Pour vos futurs licenciés et vos pratiquants : lors du forum des associations ou dès les 1ères séances, les accompagner vers leur 3 rendez-vous de sport par semaine.

Si votre programmation le permet, les inciter à pratiquer 3 séances en salle et ou en extérieur.

Si votre programmation ne le permet pas, les inciter à pratiquer 2 séances en salle et ou en extérieur + 1 séance sur l'application Sport Santé.

## 2 Compléter l'offre d'activité

Compléter l'offre Sport Santé de mon club avec :

- une nouvelle séance en extérieur,
- une séance rénovée qui suit les recommandations ...

=

Des adhérents satisfaits et une condition physique améliorée.

## 3 La séance sport santé idéale

Notre séance EPGV évolue !

La formation Animateur Sport Santé 2.0 permet aux animateurs sportifs de s''approprier les nouvelles recommandations scientifiques pour plus de bienfaits sur la santé !

## 4 L'Application Sport Santé FFEPGV

À la rentrée, en plus des séances hebdomadaires, mon club proposera un service +++ aux licenciés : l'application Sport Santé FFEPGV !
Sur cette application, des contenus Sport Santé exclusifs : Podcast nutrition, programmes d'activités physiques en ligne, recettes Sport Santé, conseils au quotidien (stress, sommeil ...).

## 5 Des financements et outils de com ...

Possibilité d'aller chercher des financements type PSF pour la mise en place du Pack Sport Santé. ⟶ Votre CODEP vous accompagne.

Des outils de communication seront proposés par la FFEPGV pour diffuser et accompagner les licenciés vers plus de Sport Santé (avril 2025) !