



RETROUVEZ-NOUS LE LUNDI, MARDI ET JEUDI À OTTIGNIES



Lundi :
- 16h-17h : Stretching/Badminton

Mardi :
- 15h-16h : Gymnastique
- 16h-17h : Volley-Ball
- 18h-19h : Gymnastique
- 19h-20h : Volley-Ball

Jeudi :
- 17h30-18h30 : Gymnastique



Centre Sportif des Coquerées
Rue des Coquerées, 50A
1341 Ottignies

CARDIOBW – UN CLUB SPORTIF POUR QUI ?

Le centre de réadaptation sportive pour cardiaques s'adresse à des personnes atteintes de pathologies cardiovasculaires et leur offre la possibilité de pratiquer une activité sportive adaptée et encadrée, au coeur de la province du Brabant Wallon.

CARDIOBW – LES ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES ?

Nos membres pratiquent la gymnastique d'entretien, le stretching, le volley-ball ou le badminton. A raison de 8 heures par semaine, ces activités sportives sont réparties sur 4 jours ouvrables, toute l'année sans interruption. Chaque activité est conduite sous le regard et le contrôle bienveillants de kinésithérapeutes spécialisés en révalidation cardiaque. Une mesure des paramètres est possible lors des séances du mardi après-midi.

CARDIOBW – LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Prendre le temps de se (re)mettre au sport après un accident cardio-vasculaire, retrouver une meilleure qualité de vie, reprendre confiance en ses capacités physiques et jouer la carte de la prévention. Voilà le projet de vie et de santé que CardioBW vous propose de partager avec nous.

RETROUVEZ-NOUS LE VENDREDI À WAVRE



Vendredi :
- 18h-19h : Gymnastique
- 19h-20h : Volley-Ball



Collège Technique Saint-Jean
Pré des Querelles
Bâtiment E
1300 Wavre





CARDIOBW VOTRE PARTENAIRE DU COEUR EN BRABANT WALLON

Actif depuis plus de 40 ans, CardioBW est un acteur reconnu du sport pour cardiaques à Ottignies et Wavre. Une expérience et une expertise combinées à une volonté de suivre ses membres individuellement.

Alors, venez découvrir nos activités et laissez-vous séduire par l'ambiance de notre club.
A bientôt.



facebook.com/CardioBW



Activités à Ottignies et Wavre



+32 (0) 478 45 12 08



info@cardiobw.be



www.cardiobw.be



MON COEUR, MON SPORT, MA VIE

Avec le soutien de :

