

# DÉVELOPPER UNE OFFRE TENNIS SANTÉ

Une démarche accompagnée par les comités départementaux et la Ligue



## Thématiques et publics cibles

- Tennis et artériopathie oblitérante des membres inférieurs (AOMI)
- Tennis et cancer (sein, prostate, colon : formes localisées)
- Tennis et coronaropathies
- Tennis et diabète type 2
- Tennis et hypertension artérielle (HTA)
- Tennis et stress, anxiété et dépression
- Tennis et surpoids – obésité
- Tennis et vieillissement



## Description de l'offre

- Être dispensée par un enseignant formé Tennis Santé
- Concerner un public atteint des pathologies cibles et/ou présentant des signes de vieillissement
- Être destinée à un public détenteur d'une licence FFT
- Être proposée sur la base d'une séance hebdomadaire (au moins) ou sous forme de stage avec 8 pratiquants par cours collectif maximum.



## Engagement du club

- Le club s'assure que le pratiquant dispose d'un carnet de suivi (passeport santé)
- Le club s'assure que le pratiquant dispose d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique d'une APA dont le tennis
- Le club doit proposer des activités Tennis Santé régulières, adaptées, sécurisantes et progressives (RASP)



## Engagement de l'enseignant

- Programme, met en œuvre, suit et évalue le cycle pédagogique
- Accueille le pratiquant et évalue son niveau de motivation à chaque séance
- S'assure en début de séance de la bonne forme des pratiquants
- Applique la juste intensité pour chaque personne tout au long du cours
- Fixe des objectifs en accord avec le pratiquant et en lien avec le Pass'port tennis santé

+ DE DOCS

[GUIDE PRATIQUE FFT](#)

[MUTUELLES](#)

[PASS'PORT FFT](#)