



L'Association Sportive de l'Arrageois ARSSA Vous Connaissez ?



Créée en 1997, l'Association de la Retraite Sportive Sympa de l'Arrageois (ARSSA), propose aux séniors de plus de 50 ans de pratiquer des activités physiques dans les meilleures conditions pour préserver au maximum son capital santé :

- L'activité physique entretient vos muscles, votre potentiel cardiaque et respiratoire, votre souplesse et votre équilibre, votre mémoire,
- Nos 13 animateurs, nos 5 accompagnants sportifs tous bénévoles formés et diplômés de la Fédération Française de la Retraite Sportive ou des professionnels du sport qui connaissent parfaitement les besoins des séniors,
- Cinq disciplines, 11 activités vous sont proposées tout au long de la semaine vous n'avez qu'à choisir celles qui vous intéressent.

Nous avons tous besoin de sport. Renforcer l'activité physique et sportive garantit notre sécurité et notre intégrité. C'est un enjeu majeur de santé publique. En renforçant le sport, c'est aussi le lien social qui sera mieux préservé.

Venez nous Rejoindre

Contacts :

Président : 06 03 55 44 38

retraite.sportive.arras@gmail.com

www.retraitesportivedelarrageois.fr

