





Toutes les études le démontrent, la pratique régulière d'une activité physique adaptée peut faire gagner plusieurs années de vie en bonne santé et éviter de trop longues listes de médicament.

L'ambition du "**Club Kamineo**" est de contribuer à l'amélioration de la santé des habitants des côteaux et du Val d'Arros par la pratique d'une activité physique adaptée régulière, proche de leur lieu de résidence.

Pour y arriver, nous proposons des activités diversifiées et ludiques sur l'ensemble du territoire. Le programme et les lieux des cours sont communiqués par mail / tel / SMS / Facebook dès lors qu'il y a une modification du planning.

**Permettre à chacun, quelque soit sa situation, de pratiquer une activité physique répondant à ses besoins**

