

PRÉSENTATION DU CLUB

Le TC Bois Orcan est né en 2010 de la fusion des clubs de Châteaugiron et de Domloup.

À ce jour c'est l'une des plus belles structures du département, avec ses 4 courts couverts et 1 mini tennis, ses 2 terrains extérieurs éclairés ainsi que son vaste club house.



Pays de
Châteaugiron
Communauté

Le pôle Tennis du pays de Châteaugiron est une structure gérée par le Pays de Châteaugiron Communauté.

**Le TCBO
est labellisé club
formateur «Or»
et Tennis Santé**



SALARIÉS

5 enseignants D.E.
(diplômés d'état)



LICENCIÉS

450 licenciés



**MEMBRES DU
BUREAU**

9 bénévoles

CONTACT

TENNIS CLUB DU BOIS ORCAN

Responsable Tennis Santé :
Mélanie Bouchaud



Rue du Petit Bois,
35410 Domloup



tennis.sante.tcbo@gmail.com



Tel : 06 72 28 05 04

<http://tcboisorcan.fr>



tcboisorcan



@TCBoisOrcan



**TENTEZ L'EXPÉRIENCE
DU TENNIS SANTÉ
AU
TENNIS CLUB DU BOIS
ORCAN**

LE TENNIS SANTÉ C'EST QUOI ?

C'est le plaisir du tennis en format adapté aux caractéristiques individuelles et médicales de chacun, et encadré par une personne formée au Tennis Santé.

Le matériel et les conditions de jeu sont adaptés à vos capacités physiques !

Le tennis peut être pratiqué par tous quel que soit son âge, son passé sportif, son état de santé.

Le tennis est un sport modulable qui permet de s'adapter à tous les publics en offrant une pratique sécurisée !

Balles et raquettes de formats et de poids variés.

Dimensions de terrains adaptées

Filet abaissé



À QUI S'ADRESSE LE TENNIS SANTÉ ?

Le programme Tennis Santé est adapté aux personnes concernées par le vieillissement et/ou atteintes de diverses pathologies chroniques :

- Cancer (sein, prostate, colon)
- Artériopathie oblitérante des membres inférieurs (AOMI)
- Hypertension artérielle (HTA)
- Coronaropathies
- Surpoids et obésité
- Diabète de type 2
- Stress, anxiété, dépression
- Asthme
- Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)
- Pathologies articulaires (arthrose, spondylarthrite, polyarthrite)

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Les bienfaits du sport sur la santé sont maintenant reconnus et figurent dans la nouvelle loi santé. Le sport est reconnu comme un outil thérapeutique dans le traitement de maladies chroniques et à ce titre, il peut être prescrit par les médecins.

Si vous souhaitez participer à ce programme, vous devez tout d'abord :

- 1 Consulter votre médecin traitant, ce dernier vous prescrira des séances de Tennis Santé
- 2 Lors de votre première séance, vous passerez des tests d'évaluations de condition physique
- 3 En fonction des tests, un programme adapté vous permettra de pratiquer le tennis de manière sécurisée, tout en prenant du plaisir
- 4 Consulter votre mutuelle pour connaître les modalités de remboursement du sport santé.

TARIFS

- Offre découverte (cycle de 6 séances) → **60 €**
- Semestre → **170 €**
- Année → **250 €**