



Fédération Française
Sports pour Tous

Programme **P.I.E.D.**

Gardez l'équilibre !

www.sportspourtous.org



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS



La Fédération Française Sports pour Tous

Un acteur incontournable de l'offre sportive !

Accessible et socialisante, la Fédération Française Sports pour Tous a pour ambition de mettre à la disposition de tous une offre d'activités physiques adaptées et variées.

La Fédération de tous les sports, de tous les publics.

Programme Intégré d'Équilibre Dynamique (P.I.E.D.®) : activités encadrées par des animateurs expérimentés et formés spécifiquement au programme

La Fédération Française Sports pour Tous propose le programme d'activités physiques P.I.E.D.®, destiné aux personnes autonomes, soucieuses de leur santé et de leur équilibre. Les Clubs de la Fédération Française Sports pour Tous permettent chaque année à plus de 70 000 d'entre vous de rester en forme et de retrouver confiance en votre équilibre !

► POURQUOI ?

En France, on estime le nombre de chutes annuelles à 2,5 millions, 1 personne de plus de 65 ans sur 3 est concernée !

La reprise d'activité physique adaptée et régulière avec le programme P.I.E.D.® vise à améliorer votre condition physique globale, votre confiance en votre équilibre et votre capacité à vous relever en cas de chute.

► COMMENT ?

- 1 à 2 séances d'1h30 par semaine pendant 3 mois
- Un accompagnement individualisé
- Une orientation vers une activité physique adaptée et régulière



LES CHIFFRES CLÉS

140 000 licenciés
2 200 structures affiliées
5 200 animateurs
80 cadres techniques
en région

Où

www.sportspourtous.org

