



FORME + SPORT

Testez votre
condition physique !



www.sportspourtous.org



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS



LES CHIFFRES CLÉS

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

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.

**La Fédération Française Sports pour Tous propose Forme + Sport[®],
une batterie de tests qui évalue votre condition physique.**

► POURQUOI ?

Avant de reprendre une activité physique adaptée et régulière il est conseillé de situer son niveau de forme !

► POUR QUI ?

Forme + Sport[®] est accessible à tous, pour les 18 ans et + (hors contraintes médicales), et permet d'obtenir des données précises sur son état de forme du moment.

► COMMENT ?

Ce sont des tests simples, rapides, adaptés à votre âge et validés scientifiquement. Ils permettent de tester votre équilibre, votre souplesse ou encore votre endurance. Ces résultats sont analysés par des professionnels dans le but de vous donner des conseils et des recommandations personnalisées et de vous orienter vers des clubs à proximité, adaptés à vos besoins et envies.

Les tests sont proposés sous la conduite d'animateurs expérimentés et formés spécifiquement à Forme + Sport[®].