



Ludovic HALTEBOURG

Diplômé d'un
Master APA-S

Enseignant en **Activité Physique Adaptée** sur Orléans et alentours

L'Activité Physique Adaptée s'adresse à toute personne ayant des problématiques de santé ou désireuse de prendre soin de sa santé !

Reprise d'activité physique - Surpoids & Obésité -
Pathologie chronique - Post-opératoire - Douleurs chroniques -
Antécédant de blessure - Perte d'autonomie - Handicap

Pratiquez une activité physique qui s'adapte à vous, et nous l'inverse !

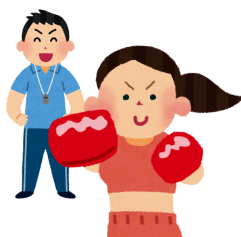
Perte de poids, prise de muscle, diminution des douleurs, diminution de la fatigue,
diminution du stress, meilleure qualité de vie, ...

Consultation



Un entretien individuel d'1h
pour recevoir **un**
programme et des
conseils personnalisés,
adaptés à vos besoins.
Pour améliorer votre **santé**
et atteindre vos **objectifs** !

A domicile



Des séances d'activité
physique adaptée
directement chez vous,
adaptées à vos besoins et
vos envies pour garantir
motivation et résultats !

A distance



Un programme **100%**
personnalisé avec suivi
constant et bilans
hebdomadaires pour vous
assurer d'**atteindre vos**
objectifs le plus
rapidement possible !

Pour plus d'**informations** et pour prendre **rendez-vous**



06.65.48.76.02



LH.sportsante@gmail.com



@ludo.apasante



LH-sportsante.typedream.app