



Rémi GANTOIS

Enseignant en Activités Physiques Adaptées

*« Le plus beau projet sur lequel on peut travailler,
c'est sur soi-même »*

Je m'appelle GANTOIS Rémi, je suis titulaire d'un Master STAPS mention « Activités Physiques Adaptées », de deux licences STAPS, mentions « Entraînement Sportif » et « Activités Physiques Adaptées », ainsi que d'un brevet d'Etat d'Educateur Sportif. J'ai également participé à de nombreuses formations (Education Thérapeutique du Patient, PSC1...).

En ayant créé mon auto-entreprise depuis 2017 (« Ré'Actif De Votre Santé »), en parallèle de mes études, j'ai eu la possibilité de mettre en pratique mes connaissances et ainsi d'acquérir l'expérience pour améliorer mes prises en charge. J'interviens désormais pour différentes maisons de santé en Haute-Saône et à Besançon sur prescription médicale, à travers des séances individuelles et collectives. Ma double diplomation me permet d'intervenir auprès de tous les publics, que ce soit pour des objectifs sportifs ou de santé. Vous bénéficiez d'un accompagnement adapté, progressif, et sécuritaire pour vous faire progresser du mieux possible

L'inactivité physique est une des causes principales de beaucoup de pathologies. Aujourd'hui, mon rôle est de faire prendre conscience que l'activité physique régulière est essentielle pour rester en bonne santé. Mieux se sentir dans son corps et mieux bouger avec son corps. Comme lorsque l'on assemble et désassemble un puzzle, commençons dès à présent à changer vos habitudes afin d'en instaurer de nouvelles, plus adaptées pour rendre votre santé meilleure. Le tout, à travers des séances agréables et ludiques afin de passer un bon moment.



06.45.34.72.50



gantois.remi3@hotmail.com



Ré'Actif De Votre Santé

