

# Mon KIT Prévention des Chutes

Un kit «collectif» de matériel d'Activité Physique Adaptée à destination des publics fragilisés.

Ce kit est spécialement conçu pour les activités de **Prévention des chutes**.



*Groupe max : 15 participants*

## Objectifs :

- Stimuler les facteurs moteurs de l'équilibre
- Optimisation de la marche : hauteur du pas, longueur du pas, précision du pas
- Activer les chaînes musculaires permettant de se relever du sol
- Activer les réflexes de protection en cas de chute

## Composition du kit

- 30 Bâtons



- 2 Ballons paille (1 jaune 1 bleu)



- 15 Liaisons



- Pack de 6 Blocs densité



- 14 Plots



- Pack de 20 Marquages au sol (4 couleurs)



- 12 Palets



- 3 Sacs de transport



- 15 Balles picot

