

Programme DIAfit - lundi 28 septembre au vendredi 18 décembre 2020

N.	Jour	date	Enseignement 9h00 - 10h00	Aquagym 10h30-11h30	Activité physique 10h30-11h30	Lieu	
1	lundi	28 septembre 2020	Accueil groupe + bilan moniteur 9h-12h			Pavillon Louis XVI	OD-0-004
2	mercredi	30 septembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
3	vendredi	2 octobre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
4	lundi	5 octobre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
5	mercredi	7 octobre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
6	vendredi	9 octobre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
7	lundi	12 octobre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
8	mercredi	14 octobre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
9	vendredi	16 octobre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
10	lundi	19 octobre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
11	mercredi	21 octobre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
12	vendredi	23 octobre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
13	lundi	26 octobre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
14	mercredi	28 octobre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
15	vendredi	30 octobre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
16	lundi	2 novembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
17	mercredi	4 novembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
	vendredi	6 novembre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
18	lundi	9 novembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
19	mercredi	11 novembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
20	vendredi	13 novembre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
21	lundi	16 novembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
22	mercredi	18 novembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
23	vendredi	20 novembre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
24	lundi	23 novembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
25	mercredi	25 novembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
26	vendredi	27 novembre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
27	lundi	30 novembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
28	mercredi	2 décembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
29	vendredi	4 décembre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
30	lundi	7 décembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
31	mercredi	9 décembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
32	vendredi	11 décembre 2020			Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
33	lundi	14 décembre 2020			Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
34	mercredi	16 décembre 2020	Enseignement	Aquagym		Pavillon Louis XVI OD-0-004	Piscine (niveau S)
35	vendredi	18 décembre 2020	Bilan moniteur de sortie			Pavillon Louis XVI	OD-0-004

Les patients doivent venir 15 minutes avant l'heure fixée sur ce programme pour briefing et glycémies. Le départ s'effectuera 15 minutes après chaque séance d'activité. Pour chaque session, vous pourrez accéder aux vestiaires et douches du gymnase. Pensez à prendre un cadenas pour fermer votre casier.

Les activités physiques d'extérieur seront effectuées quelles que soient les conditions. Merci de prévoir un équipement adapté.

En cas d'absence programmée, nous vous remercions d'avertir si possible 24h à l'avance:

Madame Karin ZELLWEGER: 022.372.72.14 ou physiothérapeutes 079.553.39.77

Toute absence non justifiée donnera lieu à une facturation forfaitaire

Service de Cardiologie, Service d'enseignement thérapeutique, Service de Diabétologie Endocrinologie. HUG 2020