

## LES VALEURS DE FIT N' DANCE FWI

- LA TRANSMISSION PAR LE SPORT
- LA PARENTALITÉ
- L'ÉDUCATION
- L'INSERTION SOCIALE



- LA COHÉSION SOCIALE
- L'ACCOMPAGNEMENT DE L'INDIVIDU ET DES FAMILLES
- L'ACCESSIBILITÉ AU PLUS GRAND NOMBRE

## ET SES MISSIONS

A travers toutes nos prestations, nous nous engageons dans trois missions principales:

- Favoriser l'intergénérationnalité par la pluralité de ses activités. L'association a pour objectif l'accompagnement des familles dans l'éducation à la citoyenneté, l'engagement à la vie sociale et éducative. Elle promeut également la culture afro-caraibéenne en proposant des projets artistiques et cultu-

rels au travers de cours collectifs et d'événements.

- Proposer une nouvelle palette d'activités en milieu rural principalement, conciliant le développement du bien-être physique et moral, la santé, l'éducation et l'épanouissement des individus de toutes tranches d'âge par la

dispense de cours diversifiés.

- Aider au développement et à la promotion du sport santé pour tous les martiniquais.

## L'ASSOCIATION EN BREF

2014

Création et certification  
SPORT SANTÉ

2014

Début des interventions  
en établissements  
scolaires et partenariats  
institutionnels et  
entreprises

Env. 30

Projets  
accompagnés  
par an

18

Activités  
proposées



FIT N' DANCE FWI

ASSOCIATION SPORT-SANTÉ,  
ARTISTIQUE ET CULTURELLE  
EN MARTINIQUE

06 96 28 48 91

fitndance@outlook.fr



[www.fitndancefwi.fr](http://www.fitndancefwi.fr)

[fitndancefwi](#)

[fitndancefwi gros morne et fort de france](#)

## NOS OBJECTIFS

1. Vous accompagner dans la création de projets spécifiques à vos besoins

2. Initier vos bénéficiaires aux pratiques favorisant une bonne hygiène de vie et prévenir des maladies chroniques.

3. Vous permettre de découvrir des activités diverses et novatrices

4. Utiliser le lien intergénérationnel pour enrichir les échanges professionnels et familiaux

5. Sensibiliser à des valeurs citoyennes communes par le biais d'activités physiques, sportives et culturelles

6. Associer sport, culture et art

VOUS TRANSMETTRE NOTRE ÉNERGIE !

## NOS ACTIONS POUR ...

### LES ENFANTS

L'association élabore, au regard des directives disciplinaires, un outil stratégique qui définit les orientations éducatives et pédagogiques d'un établissement scolaire et des structures d'accueil (petite enfance à adolescence).

En fonction du projet, Fit N' Dance FWI, en lien avec les attentes de l'établissement conçoit et propose :

- des ateliers intergénérationnels
- de l'éveil motricité et de l'éveil sensoriel
- des ateliers d'arts plastiques
- des ateliers percussion
- de la danse afro / mise en scène
- du sport- santé et des activités physiques et sportives

### LES PERSONNES ÂGÉES

Fit N' Dance FWI voit dans le sport une opportunité de contribuer au bien-être et à la santé des pratiquants. Sa certification Sport-santé, lui permet d'accompagner les seniors à travers des activités physiques adaptées et ainsi permettre la prévention des maladies chroniques, le maintien de la proprioception, l'entretien du muscle cardiaque et le maintien de la mobilité des bénéficiaires mais également en stimulant la créativité avec des activités artistiques et culturelles.

### LES SALARIÉS ET PERSONNES EN INSERTION

Nous proposons d'accompagner les entreprises sur deux axes principaux :

- Faire du sport un outil de cohésion d'équipe et d'épanouissement au travail à travers des actions ponctuelles type team building.
- S'entretenir pour pallier aux difficultés physiques qu'impose la profession à travers le sport-santé, s'éduquer à la santé et prévenir les maladies chroniques générées par le travail.

### TOUT LE MONDE

Fit N' Dance FWI propose à ses adhérents une palette d'activités physiques, sportives et artistiques pour tous les âges comme le yoga, le pilate, le cross training, le fitness, la randonnée, l'Acti march' mais aussi la danse afro, le hip hop et les arts plastiques.

L'association accompagne aussi les pratiquants aux besoins spécifiques à travers des protocoles sport-santé et des activités physiques adaptées et le coaching personnalisé dans nos différents domaines d'activités.

### LA MARTINIQUE ET SON DÉVELOPPEMENT

Par ses missions et les nombreux projets qu'elle entreprend, l'association participe au développement de notre belle île et au dynamisme de son territoire. La mise en place de partenariats, la création d'actions et d'événements lui permettent de sensibiliser les martiniquais aux bienfaits du sport. Nous valorisons les échanges et les partenariats dans notre caraïbe et au-delà.