



Rose'n
Pole



Pole dance : à travers ce sport une reconstruction physique et mentale avec l'association Rose'n pole

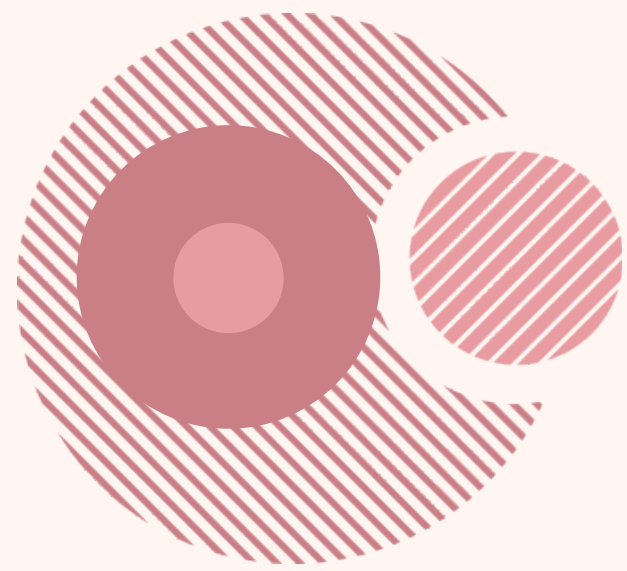
Introduction

Parce que dans la maladie, on a besoin d'un peu d'estime de soi, à travers un sport original j'ai voulu que les femmes touchées par un cancer du sein puissent retrouver confiance en elles et en leur corps se surpasser pour savoir qu'elles en sont capables.

Rose'n Pole est une association ayant pour but de financer des cours de pole dance adaptés aux femmes ayant eu un cancer du sein.

Notre souhait étant de pouvoir offrir des cours à toutes ces femmes quelque soit leurs moyens.





Qui suis-je ?

Laure-Anne Billot

Kinésithérapeute diplômée depuis 2006

D.U prise en charge post cancer du sein 2019

Fondatrice de l'association Rose'n pole 2021

Professeur de pole dance depuis 2023



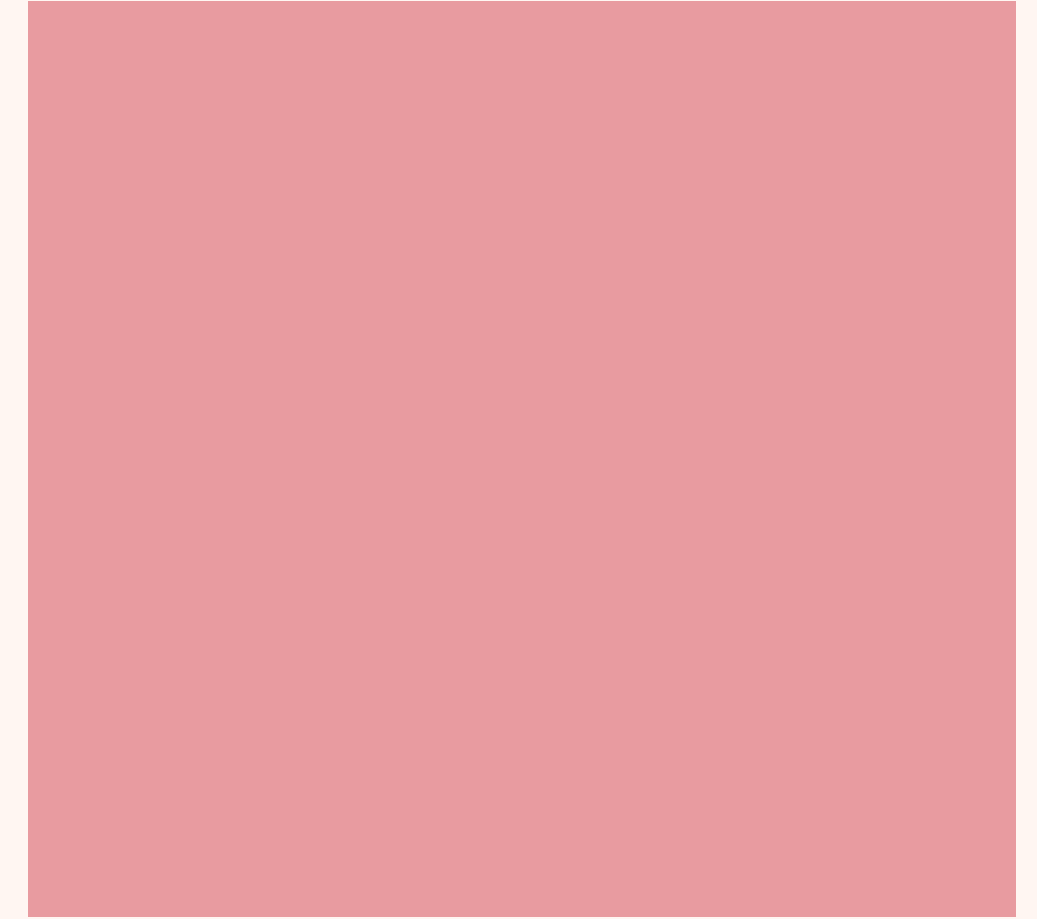
- Je pratique la pole dance depuis 2019
- Partages et échanges sur la pole dance avec mes patientes
- Conception de cours de pole dance adaptés et offerts gratuitement aux personnes touchées par un cancer du sein



Qu'est ce que la pole dance ?

La pole dance est une discipline sportive et artistique qui combine danse, acrobatie et gymnastique autour d'une barre verticale. Elle sollicite force, souplesse, coordination et endurance, tout en mettant l'accent sur l'esthétique des mouvements.

La Pole Dance est le sport parfait pour favoriser la récupération de l'amplitude articulaire et contrer la fonte musculaire. Ce sport permet aux femmes touchées par un cancer du sein de retrouver de la force et de la souplesse en prenant possession de leur corps.




**Qu'est ce que
Rose'n pole ?**

**Visionnage de la
vidéo réalisée
par Ouest-France**



**une association
qui propose**

Les bénéfices du sport sur le cancer du sein :



**Réduction du
risque de
récidive**

**Amélioration
de la qualité
de vie**

**Récupération
physique
globale**

**Renforcement
du système
immunitaire**

**Prévention de
la fonte
musculaire et
de l'ostéoporose**

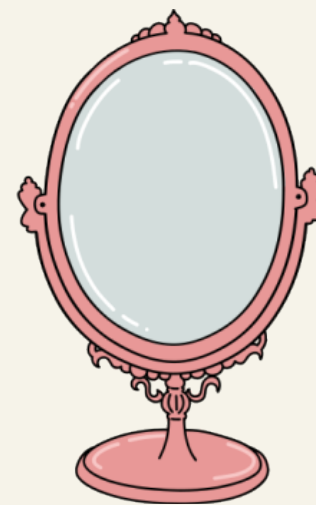


Effets bénéfiques de la pole dance

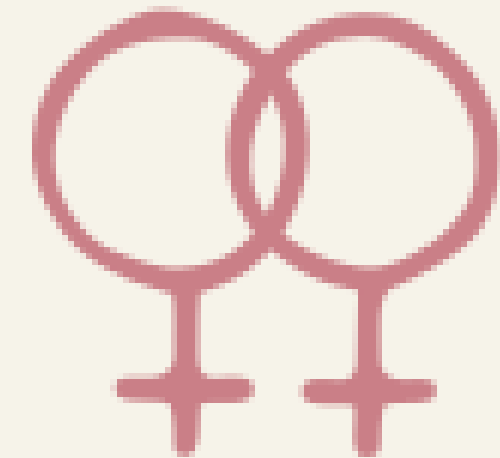
Sport




Image de soi



Féminité



Intérêts Thérapeutiques/ Kinésithérapie



**Récupération de
l'amplitude
articulaire**

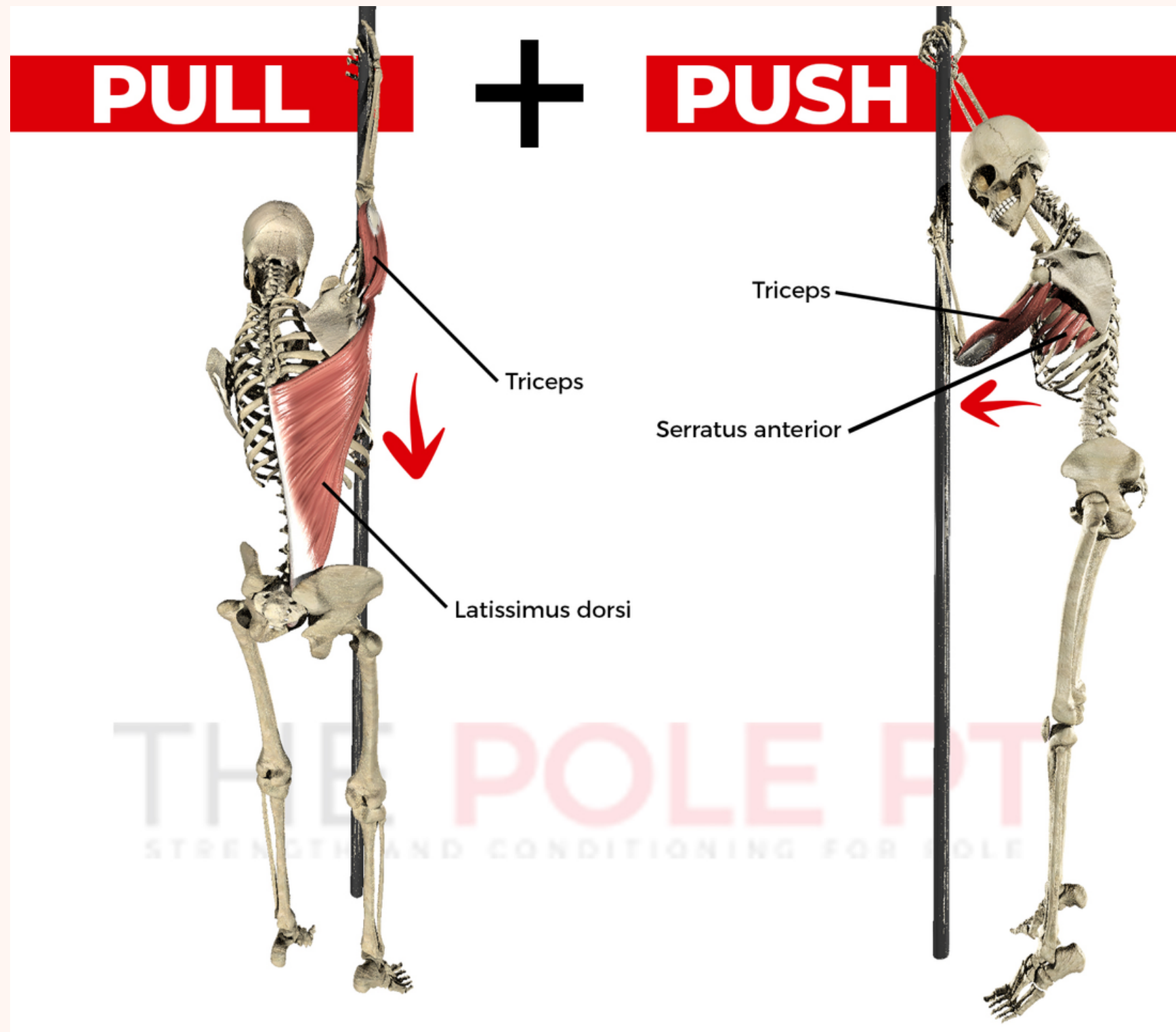


**Renforcement
musculaire
global**

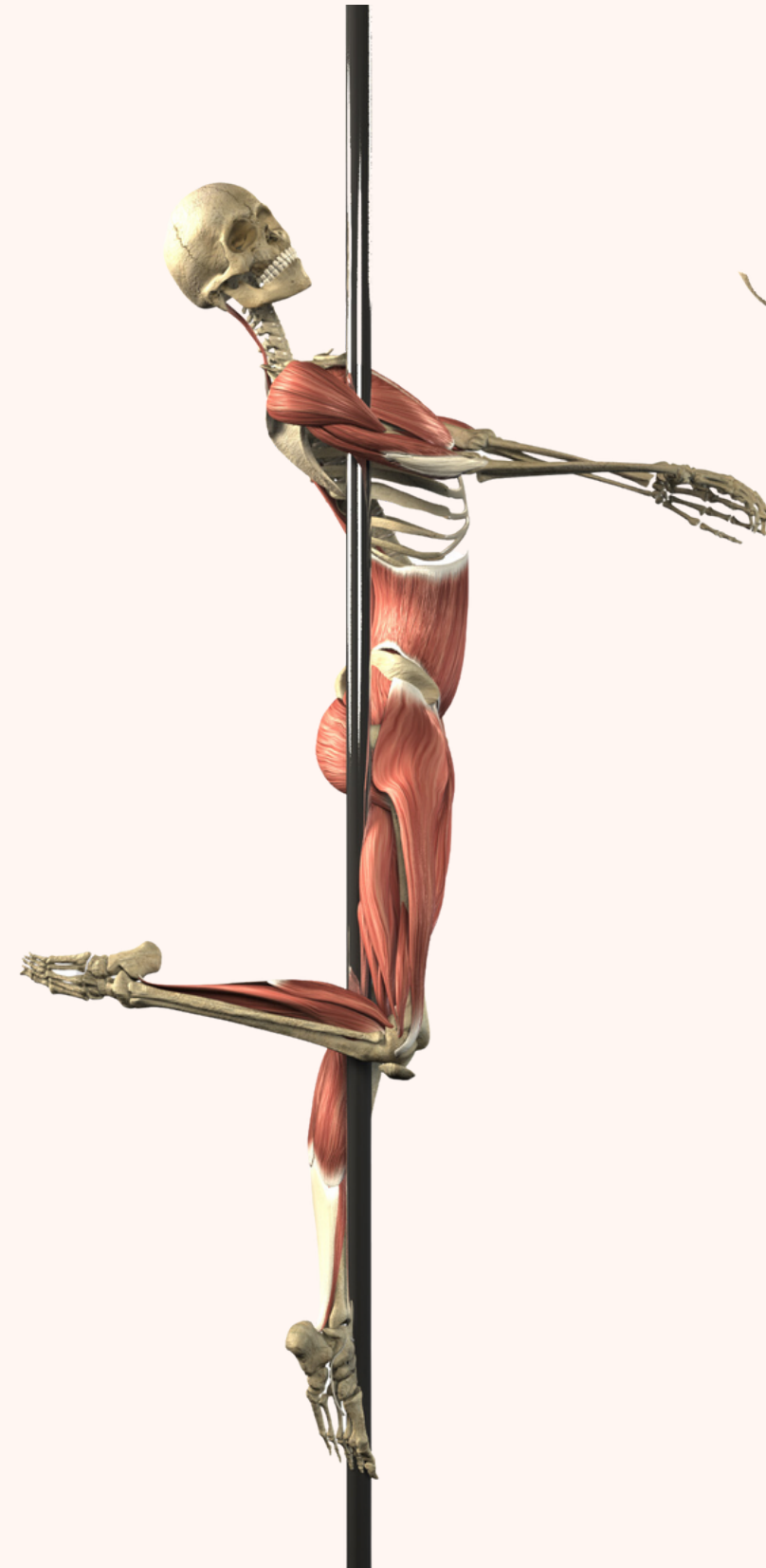


**Étirements
spécifiques en
fin de séance**

Les figures et leurs bienfaits :



Les figures et leurs bienfaits :

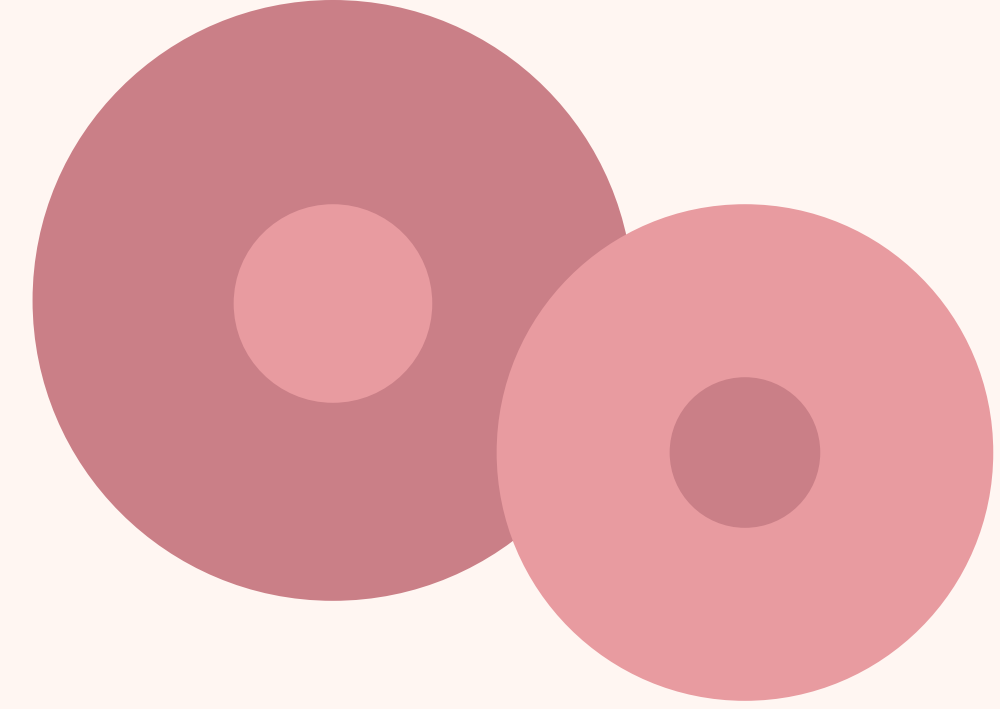


Les figures et leurs bienfaits :



**Témoignages des
élèves qui
bénéficient des
cours adaptés !**







Flashez pour nous suivre sur instagram

ASSOCIATION ROSE'N POLE

 www.poleloft.fr/rosenpole

 rosenpole35@gmail.com

 06 50 14 68 02

 9 Rue de Suède - 35200
RENNES



Rose'n
Pole