



Gymargot

Sport santé ludique et inclusif pour tous

Séances collectives en foyer ou individuelles
à domicile - Crédit d'impôt 50%





Contact

Margot Llanas

111 rue Joseph Desbois, 69330 Meyzieu

contact@gymargot.fr

07 81 29 64 81



Ne pas jeter sur la voie publique.

Gymargot, marque engagée dans le sport, la santé et l'inclusivité

Qui suis-je ?



Je m'appelle **Margot Llanas**, coach sportive diplômée d'État, spécialisée en activité physique adaptée (Master STAPS IGAPAS, diplômes FFBB Basket Santé et Tonik). Passionnée de sport depuis l'enfance, j'ai fondé Gymargot en 2019 avec une conviction simple : rendre l'activité physique accessible à ceux qui en ont le plus besoin.

Mon parcours m'a menée du basket santé en clubs aux foyers médico-sociaux, puis à la création de l'association Gymargot Domicile en 2023, pour accompagner les personnes à domicile avec un accès au crédit d'impôt. Membre de l'ADAPEI 69, je défends une vision profondément inclusive du sport. Chacun fait comme il peut, chacun fait comme il veut.



J'interviens auprès de

01

Personnes en situation de handicap à domicile (SAVS, SAMSAH)



02

Résidents en foyer d'hébergement ou de vie



03

Personnes atteintes de maladies chroniques



04

Adultes actifs ou retraités souhaitant pratiquer une activité adaptée



Ils me font confiance





Sport pour tous

Je crois à un sport qui s'adapte aux personnes, et non l'inverse. Un sport qui prend en compte les capacités, les envies et le rythme de chacun pour créer du bien-être, de la confiance et du lien social. C'est cette vision qui guide chacune de mes interventions.



Les activités



Basket Santé

Adresse, coordination, confiance. Hors compétition.



Dancing

Chorés rythmées, endurance, mémoire, expression.



Boxing

Corps entier, précision, équilibre, émotions canalisées.



Fitness

Renforcement, cardio, équilibre, tous niveaux.



Relax

Mobilité, étirements, respiration, anti-stress.



BaskeTonik

Gestes basket + cardio + renforcement musculaire.

Séances collectives ou individuelles



Collectif

Animations régulières en foyers, assos et structures partenaires. Dynamique de groupe, lien social, séances structurées.

Individuel

Séances sur mesure à domicile via Gymargot Domicile (agrément SAP). Crédit d'impôt 50% jusqu'à 6 000 €/an, sans condition.

Format

Collectifs

Individuels

Où?

Foyers/assos

Domicile

Quoi?

Basket, dancing, boxing...

Boxing, tennis, marche...

Avantages

Subventions (Métropole Lyon)

Crédit impôt 50% (plafond 12k€/an)