



MACOACHPERSO.COM

COACHING SPORTIF EN ENTREPRISE
&
TEAM BUILDING SPORTIF

Des expériences communes et collectives au service de votre entreprise.

COACHING SPORTIF EN ENTREPRISE



Vous souhaitez améliorer la productivité de vos salariés, favoriser leur bien-être, améliorer la cohésion de groupe, améliorer votre marque employeur (fidélisation des anciens salariés ou de nouvelles recrues), n'attendez plus !!

Mettez en place des cours de sports collectifs au sein de votre entreprise. Rendez les pauses "actives" où la santé physique, la santé mentale et la santé au travail (lutte contre les TMS) de vos salariés seront votre priorité. Bénéficiez d'une exonération de cotisations sociales pour le financement d'activités sportives collectives au sein de votre entreprise.

Cours collectifs personnalisés.

Nous adaptons nos cours à votre demande :

- Renforcement musculaire
- Cardio training
- Circuit training
- Fit dance
- Stretching
- Pilates
- Challenge sportif

Durée des séances de 45min à 1h.

Matériel mis à disposition par la coach. Vos salariés auront juste besoin de prendre leurs tapis personnels et leurs gourdes d'eau.

Proposition uniquement sur devis en fonction de l'effectif, du nombre de séances par semaine, de la durée et des activités choisies.

TEAM BUILDING SPORTIF

QUAND LE SPORT NOUS RASSEMBLE



Nous organisons des demi-journées ou journées sportives pour votre entreprise. Les activités que nous proposons sont funs, ludiques et accessible pour tous les niveaux sportifs. Quel que soit l'objectif : dépassement de soi, cohésion de groupe, esprit d'équipe ou tout simplement partager un moment convivial. Nous vous proposons des activités en fonction de votre demande.

COURS COLLECTIFS

- Circuit training
- Cardio training
- Renfo. musculaire
- Cardio boxing
- Initiation kick boxing
- Fit dance

ACTIVITES OLYMPIADES

- Jeu de l'oie sportif
- Jeu de précision
- Jeu de vitesse
- Challenge boxe
- Challenge cross training
- Mini course à obstacles

Les teams building rendent vos équipes plus fortes, plus soudées, plus performantes pour la réalisation de vos futurs projets. Nous vous proposerons un devis adapté à votre demande.

CONTACT



06 22 80 97 58



jennygimenez@outlook.fr



macoachperso.com