



COHÉSION D'ÉQUIPE



Circuit Training

Bootcamp

Dépassement de Soi

Motivation

Mental



€ Privatisation gymnase 1h **sans coach** 50€
€ Privatisation gymnase 1h **avec coach** 75€

SALLE DE RÉUNION



Formation / Analyse vidéo

Visio

Réunion équipe

Collaborateurs

Clubs

Educateurs

Partenaires



€ Privatisation 1h **25€**
15 personnes max

ÉVÈNEMENTS



Moment convivial

Entreprises / Associations

Soirées Educateurs

Soirées bénévoles

Soirée salariés



€ Privatisation espace **sur devis**



PRÉPARATION PHYSIQUE



Remise en forme

Développement qualités physiques

Optimisation performance

Prévention blessures



€ Bilan prise de contact **offert**



Trêve estivale - hivernale

Travail spécifique



Régénération post compétition

Planification & Evaluation

€ Bilan prise de contact **offert**

SUIVI SANTÉ



Equipe pluridisciplinaire

Kinésithérapeutes

Ostéopathes

Diététicien

Hypnothérapeute



€ Rendez-vous sur **doctolib / site internet**



RÉCUPÉRATION / BIEN-ÊTRE



Espace jacuzzi / sauna / hammam

Récupération post-séance



Détente musculaire

€ Privatisation spa 1h30 **avec piscine** 120€
16 personnes max

€ Privatisation spa 1h **sans piscine** 90€
6 personnes max

SÉANCES EN PISCINE



Cohésion de groupe

Circuit Training

Motivation



€ Privatisation piscine 1h **sans coach** 90€
€ Privatisation piscine 1h **avec coach** 105€