

5 services proposés aux entreprises

Améliorez la performance de vos équipes
par la santé de vos collaborateurs

1

CONFERENCES & WORKSHOPS*

Améliorez votre style de vie

- * Nutrition
- * Récupération
- * Exercices
- * Gestion du Stress

Sessions d'1 heure / 20-50 pers

2

TESTEZ VOUS*

Evaluez votre niveau de forme

- * Poids & corps
- * Aérobique (VO2 Max,...)
- * Vitesse & explosivité
- * Force & souplesse

Sessions d'1 heure / 2 coachs - 20 pers

**THE
RUNNING
NATION
CLUB**

3

TRAIN THE TRAINER*

Devenez le coach de votre entreprise

- * Apprenez les principes d'entraînement
- * Coachez vos collègues
- * Améliorez vos soft skills
- * Recevez un syllabus

Sessions de 3x2 heures / 3-5 pers

**Evénements spéciaux
& Séminaires résidentiels
sur mesure**

5

BUSINESS RUNS*

Améliorez votre style de vie

- * Course par équipes - tous niveaux
- * Rencontres socio-profess.
- * Communication sectorielle
- * Support projet caritatif

Jusque 500 coureurs par événement

4

PERFORMATEAM*

Boostez l'énergie de vos équipes

- * Objectifs : 5-10-20-42km
- * Programmes d'entraînement sur 12 semaines
- * 12 sessions d'1h avec coach
- * Conseils santé

Jusque 20 pers/niveau et par coach

Participez à nos activités et vous serez abonnés à la santé avec Zatopek Magazine

*Services également sur mesure. Matériel à votre disposition : carnet santé, équipement professionnel pour les tests, diplômes,...