**Des prestations bien-être au sein de votre entreprise !**

Vous accordez une grande importance à la santé physique et mentale de vos collaborateurs. Pour les aider à gérer le stress et améliorer leurs performances professionnelles, envisagez l'activité physique et les massages en entreprise à la pause déjeuner

**Votre coach sportif à Saint-Jean-de-Luz propose à votre équipe des séances de sport, de relaxation et de massages bien-être pendant les pauses,** que ce soit dans vos locaux ou à l'extérieur : salle de réunion, hôtel, plein air, etc.

Le bien-être de votre personnel est votre priorité !

Les longues périodes en position assise ou debout, les efforts physiques et l'utilisation prolongée des ordinateurs peuvent, à la longue, devenir de véritables problèmes de santé.

Faire intervenir un professionnel directement sur votre lieu de travail présente de nombreux avantages pour vos collaborateurs et pour vous : réduction de l'absentéisme et des arrêts maladie, amélioration de la concentration, diminution des troubles musculosquelettiques, etc. Une ambiance positive et joyeuse au sein de votre entreprise profite à tous !

**Le massage bien-être en entreprise !**

Le stress et les agressions quotidiennes peuvent affecter la qualité du sommeil, l'humeur et le potentiel, entraînant divers maux et tensions. Les massages sont alors bénéfiques pour retrouver relaxation et détente.

Trouvez une formule qui vous convient, 15 minutes (dos, pieds, tête au choix !), c’est l’idéal pour décompresser, relâcher les muscles sans s’endormir et ainsi repartir frais pour continuer sa journée de travail.