



1 HEURE
de sport par semaine
moins de stress, plus de clarté,
plus de cohésion.

Sport en entreprise

COACH





**Parce qu'en
bougeant
ensemble :** On crée du
lien, de la
confiance, de
l'énergie. C'est
ça, l'impact du
sport au
travail.

COACH



C'est la parenthèse de la semaine.

Le moment où ton équipe *oublie les mails*, les deadlines, les chaises de bureau. Tu respires, tu bouges, tu ris. Et tout le monde repart boosté.

COACH





Pas besoin de salle, ni de matériel.

*Nos coaches se déplacent directement *dans vos locaux*.*

Chacun a son univers.

C'est ce qui nous permet de proposer un *large panel* de séances, du yoga au circuit training, en passant par le Pilates ou les circuits cardio...



**ONE
COACH**



Quand le sport devient stratégie.

- 6-9 % de productivité en plus.
- Moins 25 % d'absentéisme.
- 89 % des salariés disent qu'une entreprise qui propose du sport *veille à leur bien-être*.



Et
concrètement,
comment ça
se passe ?

On définit ensemble la fréquence, le format et le type de séance. Nos coachs s'adaptent à votre espace. Que vous soyez 5 ou 50 on crée un moment sportif qui rassemble, qui fait du bien.

COACH
ONE



On bouge ensemble ?

JUL
17

Prenons *rendez-vous*, testez une séance.

Une séance découverte suffit pour voir la différence.

📍 Zone d'intervention :
Montpellier & alentours

✉️ Contact :
contact.team.onecoach@gmail.com

➡️ 07 45 04 42 31

ONE
COACH