



---

Le Bien-Être Au Bureau

Conseil et Développement

# Présentation

**Chez Forma, nous aimons la souplesse !**

Pas de local dédié au sport ? Des horaires contraignants ? Pas de douche ? Une envie particulière ?

Aucun problème ! On s'occupe de tout.

AUDIT

Etude de vos envies et de  
votre environnement

CONSEIL

Mise en place de solutions  
sur mesure

DÉVELOPPEMENT

Des activités à combiner,  
sans contrainte d'horaire  
ni d'espace

SUIVI

Des cours qui évoluent et  
s'adaptent à vos envies

---

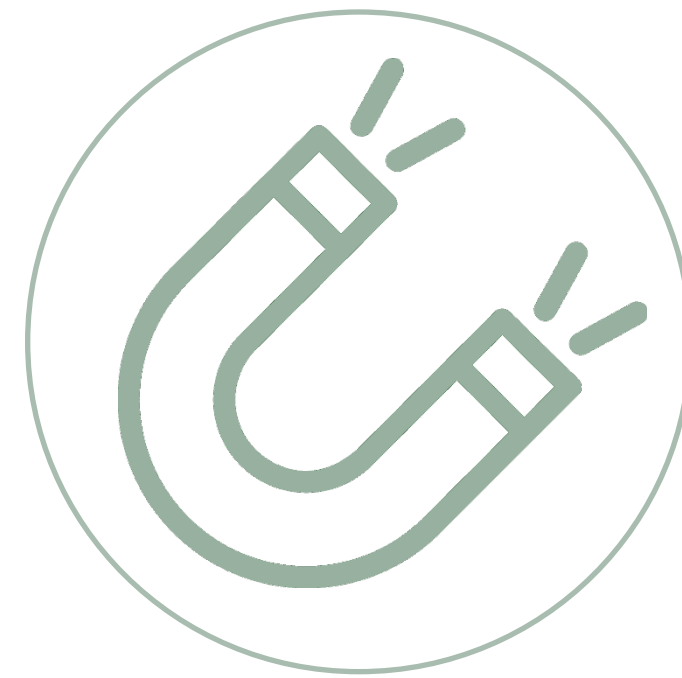
**Le bien-être vient directement à vous.**



# Notre Vision



Bien-Être



Attractivité



Cohésion



Productivité

Notre expérience en entreprise et en tant que sportifs nous permet de développer une offre de qualité qui :

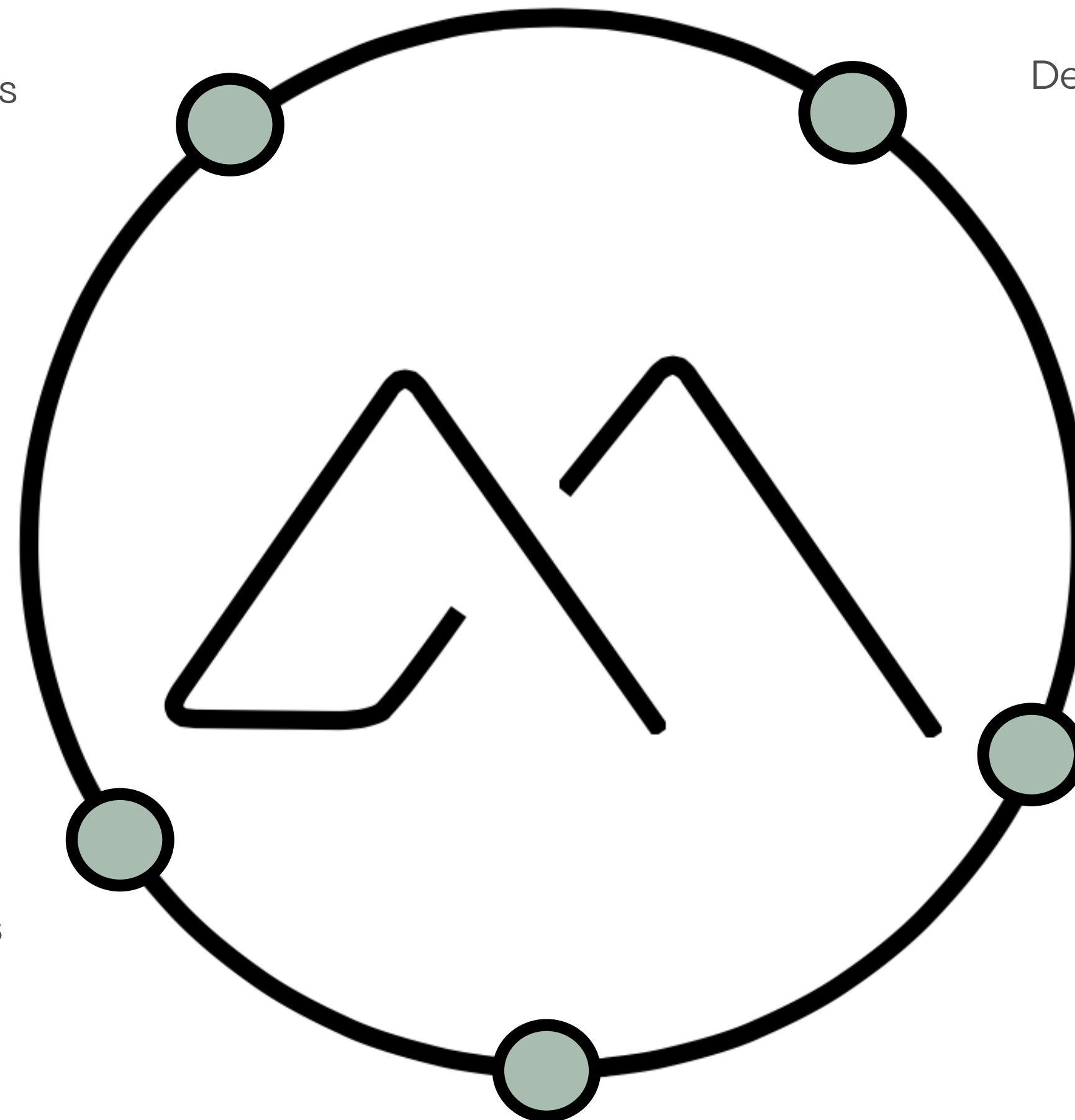
- Préserve la santé du collaborateur et améliore la qualité de vie au bureau
- Modernise l'image de l'entreprise
- Renforce l'esprit d'équipe entre collaborateurs
- Optimise la productivité de vos équipes



# Notre Concept

DIVERSITÉ  
Un large choix d'activités

DISPONIBILITÉ  
Des cours quand vous le souhaitez



FLEXIBILITÉ  
Des formules simples et adaptées

ADAPTABILITÉ  
Des cours où vous voulez

PROXIMITÉ  
Proche de vous et de nos coachs



# Nos Cours



Corps et Esprit

---

Yoga  
Pilates  
Méditation  
Massage

---



Fitness

---

Stretching  
Renforcement  
Circuit Training  
Abdos-Fessiers

---



Sports de combat

---

Boxe Anglaise  
Boxe Française  
Boxe Thaï  
Self Defense

---



Danse

---

Zumba  
Hip-Hop  
Danse Classique  
Danse Moderne

---

Nous proposons aussi d'encadrer des activités ou des objectifs spécifiques.

Vous avez d'autres envies ? Challengez-nous !



# Contacts

Vous souhaitez proposer du sport à vos collaborateurs ou demander à votre CE ou aux ressources humaines de nous rencontrer ?  
Rien de plus simple, il suffit de nous contacter ou de vous rendre sur notre site internet.

Nous vous ferons une proposition adaptée à vos envies et à votre environnement.

**Simon HALPERIN**

+33 6 61 66 42 96  
simon@forma-sport.fr

[www.forma-sport.fr](http://www.forma-sport.fr)

