

## CONTACT

Anémone DISSAUX  
07 68 59 57 62  
anemone.dissaux@epgv.fr



### OFFRE 1

## BILAN FORME ET SANTÉ

Testez votre forme et bien-être  
en quelques minutes !



# BILAN FORME ET SANTÉ

Découvrir votre profil sport santé bien être en testant votre condition physique

## LES PRATIQUES

### Equilibre

Mesurer les différents types d'équilibre.



### Force - Endurance

Mesurer la puissance et la vitesse d'exécution musculaire.



### Cardio respiratoire

Evaluer l'endurance cardio-vasculaire, respiratoire et musculaire.



### Souplesse

Mesurer la souplesse des différentes articulations et différents muscles du corps.



### Mémoire - Habileté motrice

Mesurer la capacité à associer, mémoriser, coordonner, agir et réagir...

## AUTOPOSITIONNEMENT «HYGIÈNE DE VIE»

## CARACTÉRISTIQUES



Collaborateurs  
A partir de 5 salariés



Du lundi au vendredi  
A partir de 45 min



Lieu de travail



Matériel fourni



## TARIFS

à partir de ..... 295 €



## LES BÉNÉFICES

### Dirigeant

Rendre concret et visible les efforts de l'entreprise en matière de santé et de sécurité.

### Salarié

Engager le collaborateur dans une pratique d'activité physique régulière.

