



CORPOBOXE

Pour qui ?

- Pour toutes les entreprises qui souhaitent agir concrètement pour la santé et la motivation de leurs équipes.
- Pour les collaborateurs de tout niveau, désireux de retrouver énergie, mobilité et cohésion dans leur quotidien professionnel.
- Pour les structures en démarche QVT ou engagées dans une politique de prévention TMS/RPS.
- Accessibles à tous, avec des formats adaptés aux personnes en situation de handicap (contact référent PSH : remy@corpoboxe.fr).

L'expertise de nos intervenants

Nos intervenants sont sportifs professionnels, kinésithérapeutes, préparateurs physiques ou mental et coachs diplômés. Chaque séance allie technicité, pédagogie et adaptabilité. Résultat : des interventions impactantes, qui transforment l'ambiance et l'énergie au travail.

POURQUOI CES INTERVENTIONS SPORTIVES ?

L'inactivité, le stress et la charge mentale pèsent sur la santé physique et psychologique au travail.

Nos interventions sportives permettent d'agir sur tous les leviers : mouvement, récupération, cohésion, engagement.

Chaque séance est pensée pour être bénéfique, inclusive, et vectrice de performance collective.

NOS SPECIALITES



Boxe sans contact : Améliore la condition physique, la coordination et la confiance en soi, dans une ambiance dynamique et respectueuse.



Mobilité & renforcement postural : Ciblé sur la prévention des douleurs chroniques et l'amélioration de la posture au travail.



Stretching & relaxation active : Pour lutter contre le stress, les tensions musculaires et favoriser la récupération mentale.



Yoga & Pilates : Favorise l'équilibre physique et mental, améliore la concentration et réduit la fatigue.



Circuit training fonctionnel & crossfit : Renforcement global avec poids du corps ou petit matériel, adaptable à tous les niveaux.



Préparation physique & mentale : Séances spécifiques pour cadres, équipes commerciales ou population en surcharge cognitive.



Team challenges & bootcamps : Activités ludiques et collectives en extérieur ou en salle pour booster l'esprit d'équipe.



CORPOBOXE

DES SOLUTIONS
SPORT & BIEN-
ÊTRE POUR VOTRE
ENTREPRISE

BOOSTEZ LA SANTÉ, LA
COHESION ET LA
PERFORMANCE DE VOS
ÉQUIPES GRÂCE À DES
INTERVENTIONS SPORTIVES
CIBLEES, ANIMÉES PAR DES
PROFESSIONNELS DU
MOUVEMENT.





Format : Séances de 45 min à 1h30, ponctuelles ou intégrées dans un parcours régulier.



Accès & planification : Interventions sur site, en visio ou en extérieur. Mise en place possible sous 15 jours après validation.



Matériel & encadrement : Tout le matériel est fourni. Les intervenants sont diplômés, expérimentés et formés à la pédagogie en milieu professionnel.



Bilan bien-être optionnel, indicateurs anonymes de participation et de ressenti.

NOS FORMATS

D'INTERVENTION

- Séances hebdo ou mensuelles en entreprise
- Interventions ponctuelles lors d'événements internes ou séminaires
- Parcours bien-être multi-séances
- Ateliers hybrides (deux ou plusieurs sports)
- Activités extérieures

NOS OBJECTIFS

- Stimuler le corps et apaiser l'esprit
- Renforcer les liens et la cohésion
- Réduire les troubles physiques liés à la sédentarité
- Apporter de l'enthousiasme et du sens au quotidien professionnel
- Travailler à la réduction des TMS et de la fatigue physique

CONTACT & INSCRIPTION

+33 6 88 72 89 92

Nordine Mahieddine,
Responsable Sports
contact@corpoboxe.fr

www.corpoboxe.fr

CORPOBOXE

DES SOLUTIONS
SPORT & BIEN-
ÊTRE POUR VOTRE
ENTREPRISE

BOOSTEZ LA SANTÉ, LA
COHESION ET LA
PERFORMANCE DE VOS
ÉQUIPES GRÂCE À DES
INTERVENTIONS SPORTIVES
CIBLEES, ANIMÉES PAR DES
PROFESSIONNELS DU
MOUVEMENT.

Accessible et sur-mesure

Des interventions 100 % adaptables à vos contraintes : horaires, lieux, niveaux physiques, accessibilité PSH.

Chaque prestation est définie avec vous, selon vos objectifs et vos priorités internes.

Tarification

Tarification sur devis après analyse du besoin et des adaptations, en vous rendant sur notre site rubrique contact ou par mail ou téléphone.

contact@corpoboxe.fr
www.corpoboxe.fr