

Votre productivité boostée par la santé !



RUN&SENS

Bien-être au Travail by Run&Sens

Un intervenant expert en sport, en massage ou en nutrition intervient directement chez vous pour le bien-être de vos équipes.

Une prestation directement **intégrée** à votre journée de travail, **respectueuse** de votre productivité et du rythme de vos équipes.



Sport en entreprise

Séances nées de notre expertise du sport de haut niveau et de celles réalisées avec nos athlètes, nous avons dupliqué notre concept afin d'en faire bénéficier vos équipes !
Accessibles à tous, quel que soit votre niveau sportif et quels que soient vos objectifs, ces séances d'une heure vous permettront de vous évader de manière ludique, sécuritaire et différenciante.



Massage

Vincent, masseur expérimenté et sportif abouti saura vous proposer un instant de détente. Véritable lien entre le corps et l'esprit, le physique et le mental, il saura renforcer l'équilibre et l'harmonie entre les deux.
Sa gamme de massages vous procurera le bien-être au service de votre performance.



Nutrition

Notre spécialiste, Célia, vous accompagnera et vous conseillera de manière simple et précise pour que vous trouviez l'équilibre dans votre alimentation.
Pour qui ? Les sportifs, les personnes sédentaires, les personnes qui souhaitent une éducation nutritionnelle, qui souffrent de troubles fonctionnels (stress, sommeil, fatigue, maux de ventre).

Bien-être au Travail by Run&Sens



NOLWENN

Ancienne hockeyeuse de haut niveau au poste de gardienne de but.
DU de Préparation physique au Centre d'Expertise de la Performance (Dijon)
Formée en posturologie (Posture Pro)
Spécialiste en ré-athlétisation



JULIEN

Ancien hockeyeur de haut niveau au poste de défenseur.
BPJEPS Option Haltérophilie
DU de Préparation physique au Centre d'Expertise de la Performance (Dijon).
Formateur Fédération Française de Roller Hockey

**# Human and Success
Makers**

Staff by Run&Sens