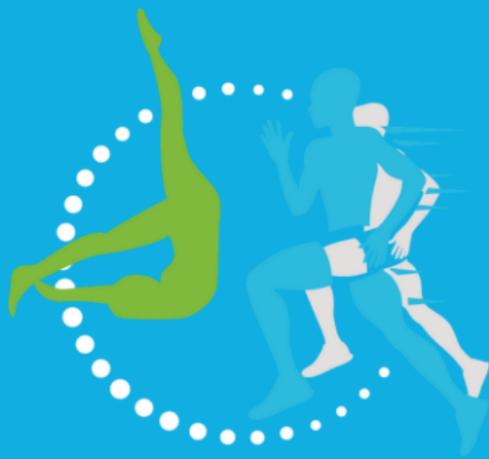


La solution  
nantaise  
pour votre  
entreprise



GPC SPORT SANTE  
VOS SÉANCES À LA CARTE



**GPC SPORT SANTÉ**  
**accentue la synergie**  
**professionnelle**

# **BOOST** **YOUR TEAM**

AU CŒUR D'UNE JOURNÉE DE TRAVAIL,  
UNE SÉANCE DE SPORT PERMET DE  
LÂCHER PRISE, DE PRENDRE SOIN  
DU CORPS ET DE SON ESPRIT



**L'activité physique  
stimule l'énergie et  
renforce l'estime de soi**



# À VOTRE ÉCOUTE

VOTRE PROGRAMME EST ÉTABLI  
EN FONCTION DE VOS ENVIES,  
DE VOS CAPACITÉS; DE VOS  
OBJECTIFS ET CHALLENGES



**Les entraîneurs se  
déplacent au sein de  
votre lieu de travail  
dans le bassin nantais**

**OUVERT À  
TOUS**

POUR FAVORISER L'ACCÈS AU SPORT,  
GPC SPORT SANTÉ PROPOSE DES  
SÉANCES ADAPTÉES AUX PERSONNES  
EN SITUATION DE MOBILITÉ RÉDUITE



**Un large panel de  
disciplines**

# SUR MESURE

PILATES, BOXE, RUNNING, YOGA,  
CARDIO-TRAINING... COMPOSEZ VOTRE  
PROPRE PROGRAMME, EN INDIVIDUEL  
OU EN COLLECTIF



**Managers, RH,  
salariés, la démarche  
vous intéresse ?**

**Fixons un premier  
rendez-vous**

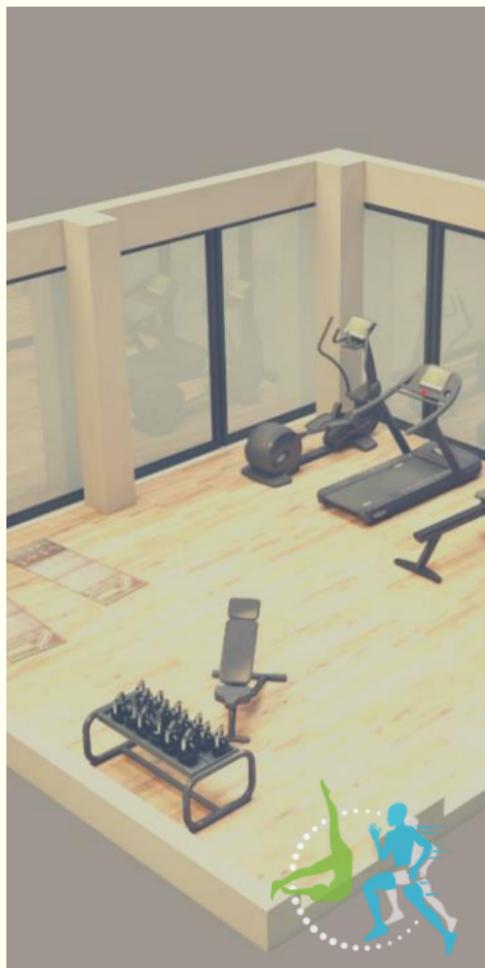
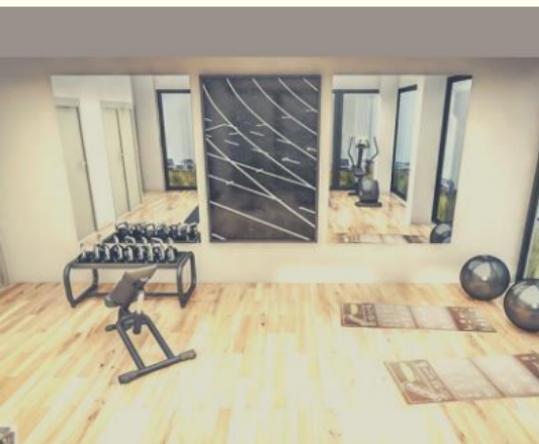
NOS COACH CERTIFIÉS ÉCOUTENT VOS  
BESOINS ET VOUS CONSEILLENENT DANS  
LA MISE EN PLACE DE SÉANCES ADAPTÉES





## Concevons votre salle de sport

- VOTRE ENTREPRISE EST DOTÉE D'UNE PIÈCE SUFFISAMMENT GRANDE POUR EN FAIRE UNE SALLE D'ENTRAÎNEMENT
- CHOIX DU MATÉRIEL, OPTIMISATION DE L'ESPACE... TOUT EST PENSÉ POUR UNE INSTALLATION MODULABLE ET CHALEUREUSE





- ♦ 1 H 30 À 2 HD' ACTIVITÉ PHYSIQUE PAR JOUR SONT NÉCESSAIRES POUR COMPENSER 8H ASSISES À VOTRE BUREAU
- ♦ 40% DES FRANÇAIS NE RESPECTENT PAS LES RECOMMANDATIONS\* DE L'OMS



---

# ATTEINDRE VOS OBJECTIFS

DÉSIREZ-VOUS GAGNER EN CAPACITÉ  
CARDIORESPIRATOIRE ?

SOUHAITEZ-VOUS PERDRE DU POIDS ?

ÉPROUVEZ-VOUS LE BESOIN DE  
LÂCHER PRISE ?



A woman with long brown hair is lying on her back on a green textured mat on a wooden deck. She is smiling and looking towards the camera. Her hands are raised, holding a white object, possibly a small ball or a piece of paper. The background is a wooden deck with a diagonal grain.

4 PROGRAMMES AU CHOIX

PACK BIEN-ÊTRE

PACK BOOSTER CARDIO

PACK GÉNÉRATIONS

PACK MIXTE





## TEAM BUILDING

# LES ATELIERS SPORTIFS, BOOSTERS DE LIENS

Mettre des corps en mouvement et vos équipes à l'épreuve pour souder les rangs ? Tel est le crédo des Teams Buildings, pensées sur mesure pour vos salariés.

Pendant un après-midi, un jour entier ou un week-end, nous organisons pour vous un éventail d'activités ludiques sollicitant la motivation et l'énergie de chacun. Le sport crée des liens et vous êtes les acteurs de cette dynamique.



A portrait of Guillaume Percec, a man with a beard and mustache, wearing a dark blue polo shirt. The shirt has a logo on the left chest that reads "GPC SPORT SANTÉ NANTES" with a stylized figure. The background is a dark grey gradient, and there is a blue diagonal shape in the top right corner.

# GUILLAUME PERCEC FONDATEUR GPC SPORT SANTÉ

GPC SPORT SANTÉ est né en 2018 de l'expertise de Guillaume Percec, coach sportif titulaire d'un master en préparation physique à l'UFR Staps de Nantes et diplômé de certificats de remise en forme (Pilates, BPJEPS, AGFF, L3PROAGOAPS),

Guillaume Percec exerce également en tant que formateur de coach et éducateur sportif pour la Fédération française de natation ainsi qu'à l'UFR STAPS de Nantes (Licence 2 et 3).

*« Mon travail vise à muscler la motivation et incite à pousser toujours un peu plus loin vos limites. Les résultats sur le bien-être au travail sont palpables »*





NOTRE ÉQUIPE DE  
PROFESSIONNELS  
VOUS ATTEND !

Crédits : Anna Tryhub/shutterstock.com Atstock/shutterstock.com NDAB Creativity/shutterstock.com SeventyFour/shutterstock.com symbio/shutterstock.com Veres Production/shutterstock.com fizkes/shutterstock.com zejiodan/shutterstock.com



CONTACT@SPORT-SANTE-NANTES.COM

06 31 41 22 80

www.gpcsportsante.com