



Énergie  **Cardio**

ON CHANGE LE MONDE

**PARTOUT
MÊME
LOI**

NOS SOLUTIONS

NOS SOLUTIONS

afin de rendre vos employés plus en forme, plus en santé, plus heureux et... plus performants!

UN INVESTISSEMENT ET DES RÉSULTATS GAGNANTS POUR TOUS!

1



Un regain d'énergie pour bien commencer ou mieux continuer la journée. Un instructeur de cours en groupe fera bouger vos employés sur une musique entraînante.

À partir de 99 \$

2

Chèque-cadeau

Investissez dans la santé de vos employés afin de réduire le coût de leur abonnement. Ceux-ci pourront l'appliquer sur le forfait d'abonnement de leur choix.

À partir de 100 \$



(évaluation et réévaluation)

Une motivation sans pareil! Évaluation et réévaluation de la condition physique et de la capacité physique générale permettant de déterminer l'âge physiologique. Avec l'entraînement, l'âge physiologique de vos employés diminuera!

À partir de 147 \$

3

Séances supervisées avec un entraîneur personnel

Vos employés recevront un encadrement personnalisé qui stimulera leur motivation et les aidera à atteindre leur objectif de mise en forme. Forfait de 3 séances ou plus.

À partir de 177 \$

4

5

Marches de santé animées (Groupe de 20 personnes maximum par instructeur)

Voici une façon très agréable de bouger au travail. Une paire d'espadrilles et une demi-heure suffisent. Une animation dynamique et motivante ainsi que des exercices faciles mais efficaces vous accompagneront tout au long du parcours en plein air!

- **À l'unité** **à partir de 199 \$**
- **En session** **à partir de 880 \$**

(minimum de 8 semaines)



6

Conférences

L'action passe par l'information! Laissez nos professionnels de l'activité physique entretenir vos employés sur différents sujets liés à la santé et à l'activité physique: motivation à l'activité physique, gestion du stress, nutrition...

À partir de 399 \$

COURS EN GROUPE

7

Session de cours en groupe (12 semaines, 1 cours ou plus)

Vos employés ont la bougeotte? Quoi de mieux que d'offrir un cours en groupe sur le lieu de travail et d'augmenter du même coup l'esprit d'équipe? S'entraîner sur place entre collègues de travail est facile, amusant et motivant!

À partir de 1 200 \$

8

SYNERGIE
MON ÉQUIPE D'ENTRAÎNEMENT

Mise en forme, dépassement, plaisir et « team building ». Combinant la dynamique d'équipe, le soutien d'un entraîneur certifié et la variété d'un circuit d'entraînement, Synergie s'inspire de l'entraînement sportif et encourage le dépassement de soi.

Créez votre propre équipe Synergie* à partir de 120 \$/personne

(minimum 4 personnes sur une période de 12 semaines)

*Cours offerts dans les centres Énergie Cardio participants. Le client doit être membre en règle d'Énergie Cardio pour utiliser ce service.

**Rendez-vous
Informaction**
Énergie Cardio

9

Tel que le décrit son nom, le rendez-vous InformACTION est un événement qui a pour but d'INFORMER vos employés des moyens pour passer à l'ACTION. Une équipe dynamique et passionnée se rendra à vos bureaux à l'heure du dîner ou à votre convenance, afin d'offrir des conseils d'entraînement, de nutrition et de motivation, et promouvoir l'entente de partenariat. C'est le meilleur moyen pour stimuler et motiver vos gens à passer à l'action!

Inclus (valeur 199 \$)

**DES FORFAITS
QUI FERONT
PLAISIR,
QUI DONNERONT
DE L'ÉNERGIE
ET QUI RAPPORTERONT
À VOTRE
ENTREPRISE!**

« Des études ont démontré une baisse de 20% d'absentéisme pour maladie et une réduction de 40% en dollars des frais d'assurance-maladie chez les employés d'une entreprise ayant participé à un programme de conditionnement physique et de promotion de la santé d'une durée d'un an. »

(réf : Activité physique santé et maladies, Yvan D'Amours, Édition Québec Amérique)

JE CRÉE LE FORFAIT SELON LES BESOINS DE MON ENTREPRISE.

Solutions sélectionnées

Solution No. _____ Nb. service ____ x _____ \$ = **Total** _____ \$

Solution No. _____ Nb. service ____ x _____ \$ = **Total** _____ \$

Solution No. _____ Nb. service ____ x _____ \$ = **Total** _____ \$

Solution No. _____ Nb. service ____ x _____ \$ = **Total** _____ \$

RENDEZ-VOUS INFORMATION ____ x 199\$ = **INCLUS**

Date souhaitée: _____

GRAND TOTAL : _____ \$ (taxes en sus)
(Payable 30 jours suivant la réception de la facture.)

Signature: _____ Date: _____

CENTRE ADMINISTRATIF ÉNERGIE CARDIO

1040, boulevard Michèle-Bohec, bureau 300
Blainville (Québec) J7C 5E2
Téléphone: 450.979.3613 ou 1 877.ENERGIE
Télécopieur: 450.979.3801
energiecardio.com

SERVICES AUX ENTREPRISES

Energie Cardio
ON CHANGE LE MONDE

