



yoburo

Yoga, sport et détente  
en entreprise

[www.yoburo.com](http://www.yoburo.com)



yoburo

## LE BIEN-ÊTRE AU BUREAU

Yoga (tapis / chaise), méditation, sophrologie, pilates, renforcement, circuit training, boxe, danse

Un cours convivial et régulier directement au bureau.

Un professeur attiré. La découverte d'une discipline dans sa régularité. Des bienfaits rapides.

Gérer son stress et sa respiration, se relaxer, se défouler ou soulager son dos.

Un esprit sain dans un corps sain et une équipe heureuse.



### SIMPLE

- + Accompagnement de A à Z
- + Gestion de planning et contenu du cours
- + Suivi des participants



### FLEXIBLE

- + Chaque semaine
- + Tous les 15 jours
- + Ponctuellement



### POUR TOUS

- + Du novice à l'expert
- + Cours collectifs
- + Cours particuliers pour les dirigeants

## OFFREZ UNE PAUSE DÉTENTE À VOTRE ÉQUIPE !

En faisant une ou plusieurs activités par semaine, vous sentirez très vite les effets bénéfiques sur votre corps et sur votre bien-être au quotidien.

Ce sera aussi l'occasion de passer un moment ludique avec vos collègues et ainsi de mieux les connaître.



# yoburo

## COMMENT ORGANISER UNE SÉANCE AU BUREAU ?

En lien avec vos équipes, nous trouvons le créneau idéal et nous ajustons le contenu et les objectifs de vos séances. Nous envoyons notre professeur sur place : vous n'avez plus qu'à profiter ! Nous suivons votre évolution et adaptons les cours en fonction de vos retours.

## OÙ SE DÉROULENT LES SÉANCES ?

Les séances peuvent se dérouler dans une salle dédiée au sein de votre entreprise, dans une salle de réunion, un open-space, salle de repos ou encore sur votre terrasse.

Et s'il n'y a pas de solution dans vos locaux, nous trouverons un endroit pour vous accueillir : un gymnase, un stade, un parc ou une entreprise voisine !

## COMBIEN ÇA COÛTE ?

Nous proposons des tarifs intéressants et dégressifs.

Les cours peuvent être financés intégralement par l'entreprise ou par un co-financement entreprise-salariés.

## QUI SONT NOS PROFESSEURS ?

Yoburo est particulièrement exigeant sur la qualité des cours et des intervenants. Nos professeurs sont des professionnels, passionnés et enthousiastes, qui s'adaptent toujours aux pratiquants. Ils donnent envie d'être assidu, de prendre conscience de son corps et d'adopter une hygiène de vie plus saine sur la durée.



CONTACTEZ-NOUS !

Yoburo

10 rue Neuve Popincourt 75011 Paris

Martin LANCE

[martin@yoburo.com](mailto:martin@yoburo.com)

06 89 11 52 17

Simon HALPERIN

[simon@yoburo.com](mailto:simon@yoburo.com)

06 61 66 42 96



[www.yoburo.com](http://www.yoburo.com)