

PAUL LAGRANGE

BIEN-ETRE

AU TRAVAIL

SITE INTERNET



AMÉLIOREZ LA SANTÉ ET LA COHÉSION DE VOS ÉQUIPES

Demandez un devis gratuit

Nous proposons des
activités physiques et de
bien-être pour vos équipes

Sessions adaptées et compatibles
avec les contraintes des horaires
professionnelles

Interventions régulières
ou ponctuelles- flexibles
et personnalisées

COACH



RENFORCEMENT POSTURE



45'
12+

C A F
UISSES BDOS ESSIERS



PILATES

45'
12+

TONIFICATION
MUSCULAIRE

GYM SUR PALETTES

12+
45'



P

CARDIO ÉNERGIE

HIT



Des cours ciblés pour tonifier le corps,
renforcer les muscles
et améliorer
la posture

BOXING



CIRCUIT TRAINING



BIEN-ETRE DOUCEUR



AMMA ASSIS

20'
1

GYM DOUCE

60'
12



STRETCHING

45'
12+

YOGA

60' 12



TEAM.PLCOACHING@GMAIL.COM

SIRET : 880 903 893 00019

10 RUE D'ARCUEIL 75014

📞 06 46 65 45 13

in PAUL LAGRANGE



À PARTIR DE
50€