



Cours de yoga en entreprise

BIEN ÊTRE AU
TRAVAIL

Faire
du yoga au bureau : une pause qui
ressource vraiment

Le Yoga s'est unir le corps et le mental à travers le souffle pour atteindre l'harmonie.

Il s'adresse aux salariés souhaitant se dépenser tout en profitant des aspects bien-être, relaxation, diminution du stress, amélioration des relations humaines, maintenir une attitude positive, à augmenter la productivité mais également sentiment d'accomplissement, remise en forme de par son côté dynamique.

PAR LA PRATIQUE DU YOGA, ON AMELIORE PROGRESSIVEMENT LA CAPACITE DE CONCENTRATION,

LA CONFIANCE EN SOI, L'ETAT DE SANTE, LES RAPPORTS AUX AUTRES. EN FAIT, ON AMELIORE TOUT CE QUE L'ON FAIT.

Avec la mise en place d'un cours régulier de YOGA, vous faites profiter à vos collaborateurs d'un avantage social innovant :

Vous confortez votre image « d'entreprise prenant soin de ses salariés » vous favorisez l'écoute, le dialogue au sein de votre entreprise vous renforcez la cohésion sociale,

vous fidélisez vos collaborateurs et réduisez les coûts liés au turnover vous attirez les meilleurs candidats. Votre image séduit tous vos partenaires, fournisseurs, clients. Horaire à définir, **devis sur demande.**

Isabelle Melon Professeur de yoga Siège social : 149 route de renaison 42155 St léger sur Roanne. Contact 07 89 94 31 68 n°siret : 837 866 995 00017

