

# **EXAEQUO**

**CLUB DU SPORT**

**UN CLUB SPORT, SANTÉ  
ET BIEN-ÊTRE POUR  
LES DIRIGEANT(E)S  
D'ENTREPRISE**

**PROGRAMME ET  
OFFRES | 2024**



« Depuis 2008, date de sa création à Caen, le Club du Sport Exaequo, c'est un club unique ! Un collectif de 200 membres participant à des séances de coaching sportifs hebdomadaires avec pour objectifs principaux la santé et le bien-être. Un réseau d'entreprises très actif et animé par un état d'esprit et des valeurs de convivialité, de partage et de bienveillance »

**Grégory BRUSSOT, Directeur et Co-fondateur EXAEQUO**

## POURQUOI REJOINDRE LE CLUB ?

### - Prendre soin de sa santé.

Prévenir le stress, les troubles du sommeil, la prise de poids, les blessures et douleurs chroniques,... Parce que la santé du dirigeant, c'est aussi celle de son entreprise.

### - Adhérer à un réseau d'entreprises partageant les valeurs du sport.

Partager une passion mais aussi des problématiques communes, échanger des idées, s'entraider, se soutenir dans la difficulté,... Parce que l'esprit d'équipe est un facteur clé de la performance.



Moment sport - Séance running

## LES SESSIONS



**Mardi / 7h-9h**  
16 membres



**Mardi / 12h-14h**  
62 membres



**Jeudi / 7h-9h**  
25 membres



**Jeudi / 12h-14h**  
75 membres



**Vendredi / 12h-14h**  
23 membres



**Vendredi / 12h-14h**  
10 membres



Le Club du Sport propose **plus de 100 moments à partager** dans l'année. Tous ces « moments » sont proposés aux **membres toutes sessions confondues**, à l'exception des **séances hebdo de running et de la soirée des Trophées**, organisées par session.

## **X** MOMENTS SPORT

- **Séance hebdomadaire de running (1h) :**  
Running, Marche, PPG  
40 séances annuelles
- **Séance hebdomadaire de PPG (1h) :**  
Renforcement musculaire et étirements  
40 séances annuelles, en présentiel
- **Les 10km d'EXAEQUO :**  
Course organisée spécialement pour les membres du CDS
- **Dossard(s) pour 5 courses\* :**  
Running, trail, triathlon, vélo
- **2 à 3 séjours sportifs\* :**  
Running ou trail, France ou étranger  
Week-end ou semaine  
En option, tarif selon destination
- **Séance de Natation hebdomadaire :**  
Mercredi de 7h à 8h  
En option, à 390€ HT

Toutes nos séances de coaching sportifs sont **encadrées par des professionnels diplômés**.

\*Selon le calendrier de l'année

## **X** MOMENTS CLUB

- **La Soirée de rentrée :** le premier rendez-vous du calendrier pour découvrir les nouveaux membres et l'agenda de l'année.
- **Les Petits-déjeuners :** Intervention, 2 fois par an, d'un(e) expert(e) sur une thématique sport et/ou santé.
- **La Garden Party :** Déjeuner convivial organisé après les « Courants de la Liberté ». Ouvert aux conjoint(e)s.
- **La Soirée Conférence :** Un des moments forts de la vie du Club. Une soirée de gala autour d'un thème et d'un champion sportif célèbre.
- **La Soirée des Trophées :** La soirée de fin d'année pour retracer les moments forts de l'année et mettre à l'honneur les membres s'étant distingués.

## **X** MOMENTS ENTREPRISE

**Visite en entreprise :** chaque année, une entreprise par session accueille soit les membres de sa session, soit l'ensemble des membres du club pour leur faire découvrir son activité.

# L'OFFRE D'ADHÉSION AU CLUB DU SPORT

## LES AVANTAGES

L'adhésion comprend votre participation individuelle à tous les moments sport, club ou entreprise de la vie du Club du Sport.

L'adhésion inclut également votre repas aux séances running hebdomadaires, une dotation sportive annuelle, l'annuaire des membres ainsi que l'accès à l'application Club du Sport.

## LE TARIF

L'adhésion est à 2000€HT par membre.

Remise de 100€HT pour un 2ème membre, 200€HT pour un 3ème membre de la même entreprise.

*A noter un supplément de 150€HT uniquement lors de votre première inscription pour votre dotation Club du Sport (sac de sport, 2 tee-shirts, serviette, casquette).*



## LES ENTREPRISES ADHERENTES

2LG-Prod, A7 Finances, Acieroc, Action Huis Normandie, Adsito, AEI-ATMP, Agent Commercial Viticole, Allez, Alliance Architecture Ingenierie, Alto, Ambulances Viroises, Aménagement 14, Apollinaire, Areas Assurances, Atomes Courtage, Axians, Beaulieu Automobiles, Biocombustibles, Biocoop, Bodemer Auto, Borelec, Bowling De Vire, BTSI, Caen Chap' Carrelage, Caen Evasion, Caen Menuiseries Isolation, Cap Ouest, Capska / Ersho / Soglass, CBN, Celfy, Cerfrance, Château Saint-Gilles, Chirurgien-Dentiste, Citeos / Omexom, Clossystem, Cmeg, Codica, Cœur D'articho, Cogitus-Conseil, Color Concept, Credit Mutuel, Cupa Pizarras, Cyjoco, Decathlon, Deelles, Design' Partner, Dev&Clic, Develop' Immo, Dsign, Dynabuy, Ebamo, ECTI - Sage, EM Compétences, EM Normandie, Emzel, Erda Géotechnique, Espaces Matériaux, Eurovia, Exceliane(S), Falaise Mat, Ferme de Billy, Festou Flex, Festou Interim, Flec, Global Ingenierie, Grandsire Traiteur, Groupe Eiffage, Groupe PTBG, GTEC Normandie, H2C Carrieres, Haret Deco, Harmonie Mutuelle, Horizon, Hotel Le Lion D'or, Imo Concept, In Extenso, Isabelle Batiment, K.Biard Ec, Kinésithérapeute Ostéopathe, Koesio, Kpmg, L'agence, L'Haret Creation, La Maison Du Sol, La Normandise, La Poste, Le Bonhomme De Bois, Le Mancel Restaurant, Legallais, Legoupil Industrie, Les Accords Parfaits, Liberge Vins, LS Group, LVRH Conseil, Martragny TP, Masselin Tertiaire, Me Laura Baudry-Lequesne, Médecin Ostéopathe, Millet Chilou Gardette Architectures, Mindae, MMA, MMA Dominique Graizon, MoHo, Mosaïc, MSC, Multiform, Niu Ingenierie Construction, Normandie Emballages, Office Notarial, Opco Ep, Orthophoniste, Ostéopathie, Oxalis Paysages, Partelios Groupe, Paysages Conseil, Pharmacie Levesque, Phb Creation, Piercan Sas, Pim Pam Pomme, Podologue, Point-Virgule, Record, Reflexologie Plantaire, Renault Avranches - Granville, Réussir Son Orientation, Robine Energie & Bien-Etre, Ronco Construction, Saage, SAR Normandie, Score, Sdcomm, Société Durand, Société Générale, Sogecime, SPJ Expertise, Stade Malherbe Caen, Strategie Patrimoine, Studios Accord, Supplyweb, TEIM, TP Boutte, Unik Studio, United Avocats, Vassard OMB, Viria, Zenobia

## CONTACTS

**Kevin Fouchard** - 06 77 48 92 90 - [kfouchard@exaequo-communication.fr](mailto:kfouchard@exaequo-communication.fr)

**Grégory Brussot** - 06 14 90 59 20 - [gbrussot@exaequo-communication.fr](mailto:gbrussot@exaequo-communication.fr)

[www.exaequo-communication.fr](http://www.exaequo-communication.fr)