



INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

EXAEQUO

4 rue du Bel Air - 14790 VERNON
02 31 53 94 17 - contact@clubformesante.fr

REJOIGNEZ LE MOUVEMENT

*8 pratiques proposées sur le temps du midi,
pour les salariés d'entreprise*

Complexe Sportif de l'Avant Garde Caennaise



PRÉSENTATION DU CLUB FORME SANTÉ EXAEQUO

Le Club Forme Santé Exaequo est la plateforme d'**activités physiques et de bien-être pour les entreprises du nord de Caen**. Les différentes pratiques sont proposées, sur le temps du midi, dans le complexe sportif de l'avant garde Caennaise,

PROXIMITÉ

Espaces de pratique à moins de 10 minutes en voiture des collaborateurs. Renforcement du lien entre les entreprises d'un même territoire.

DISPOSITIF ADAPTÉ

Compréhension des attentes des pros, levée des freins d'accès, choix dans les activités et les horaires.

situé à moins de 10 minutes de votre entreprise. Le club répond à la fois aux enjeux de bien-être des collaborateurs ainsi qu'aux enjeux de «marque employeur» des entreprises qui ouvrent les portes du dispositif à leurs collaborateurs.

COACHING

Avec 8 pratiques différentes et toutes encadrées, vous aurez accès à un programmes d'activités physiques de qualité.

INFRASTRUCTURES SPORTIVES

Accès à des espaces de pratique de qualité, équipés de vestiaires et de douches.

L'OFFRE DU CLUB FORME SANTÉ

- > Programme d'**activités physiques et de bien-être variées et accessibles** proposées sur la pause méridienne : Pilates, Yoga, Cross-training, Cardio-training, Tennis de table, Futsal, Running, Badminton
- > **42 semaines** dans l'année (dispositif fermé en août)*
- > Mise à disposition de **vestiaires, de douches collectives et d'un espace de restauration** équipée sur le lieu de pratique
- > Accès à une **application mobile** pour réserver ses créneaux de pratique et gérer son abonnement
- > **Soutien de la Fondation du CHU** et son programme « la maison sport santé », compris dans le coût d'affiliation.

* Le dispositif sera fermé 1 semaine sur les périodes de vacances de février, d'avril et de la Toussaint ; 2 semaines pendant les vacances de Noël ; 5 semaines pendant les vacances d'été.

COMMENT REJOINDRE LE CLUB FORME SANTÉ EXAEQUO ?

ÉTAPE 1 : AFFILIATION DE L'ENTREPRISE

Affiliez votre structure pour donner accès au dispositif à vos salariés et contribuer à leur bonne forme en prenant en charge une partie de leur adhésion.

Coûts HT : 0 – 10 salariés 400€ / 11 – 25 : 600€ / 26 – 50 : 900€ / 51 – 100 : 1300€ / 101 – 250 : 1800€ / + de 250 : 2400€

ÉTAPE 2 : ADHÉSION INDIVIDUELLE

L'adhésion au Club Forme Santé est au tarif de 24€TTC (20€HT) par mois avec une obligation pour l'employeur (ou le CSE selon conditions), de prendre en charge au minimum 25% du coût mensuel d'adhésion.

Le coût employeur : À minima 6 € TTC par mois et par collaborateur

Le coût salarié : Au maximum 18€ TTC de reste à charge

Cette adhésion donne accès à 3 pratiques différentes, dont une seule pratique de forme* et une seule pratique de bien-être** par semaine et par personne.

* Pratique de forme : Cross-training et Cardio-training

** Pratique de bien-être : Yoga et Pilates

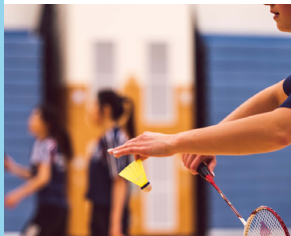
FORME ET BIEN-ÊTRE



ACTIVITÉS OUTDOOR



PRATIQUES RÉCRÉATIVES



PLANNING 2024

De 12h30-13h30

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Cardio-Training Tennis de table	Badminton	Yoga	Pilates Futsal Running	Cross-Training