



**CLUB**  
forme santé  
*EXAEQUO*

**INFORMATIONS  
ET INSCRIPTIONS**

**EXAEQUO**

4 rue du Bel Air - 14790 Verson  
02 31 53 94 17 - [contact@clubformesante.fr](mailto:contact@clubformesante.fr)



**CLUB**  
forme santé  
*EXAEQUO*

# 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