



TEAM BUILDING

De nombreuses entreprises utilisent le sport pour **dynamiser** leurs équipes. C'est un moyen redoutablement efficace pour créer des liens, pour améliorer la santé de chacun, et optimiser l'**investissement** au travail.

Booster ses équipes grâce à la convivialité, le dépassement de soi, la santé.

La pratique sportive permet également de faire évoluer les **performances au travail**, notamment grâce au meilleur état de forme de votre collectif mais aussi en réduisant nettement l'absentéisme (moins de maladies musculo squelettiques, plus d'engagement et de reconnaissance auprès de l'entreprise).

KEUR OF CHAMPIONS et Souleymane Mbaye sont convaincus des bienfaits de l'effort physique pour **souder** un groupe. Nous utilisons le « Noble Art » pour développer la **cohésion, l'esprit d'équipe, la solidarité et ainsi favoriser les échanges, le partage, les rencontres**. Nous nous adaptons aux horaires qui vous conviennent : midi, matin ou fin de journée.

Le « **Noble Art** » pour la remise en forme, pour le bien-être, pour la santé. Sous forme de cours collectifs vous renforcerez la masse musculaire, ferez travailler votre cœur et développerez votre silhouette. Nous mettons à disposition des entreprises une salle unique (aux Almadies) réservée au team building.

Consciente des proximités et de la complémentarité entre l'engagement professionnel dans l'entreprise et la pratique de la boxe, l'équipe de KEUR OF CHAMPIONS développe une offre d'événement **team-building**.

Au programme :

- Initiation collective à la boxe, prise de recul sur cette expérience avec un Souleymane Mbaye – 3 x Champion du Monde de Boxe (WBA)
- Séquence formation sur une problématique ciblée.

L'initiation à la Boxe permet de surprendre les équipes en leur offrant une expérience forte et inédite. Conçue pour tou(te)s, elle constitue un moment convivial et fédérateur.

La **Boxe** constitue un excellent support pour illustrer les **grands concepts managériaux** et les **équipes des entreprises** qui viennent à l'Académie découvrent les **bienfaits** de ce sport sur **l'amélioration de la concentration, de l'affirmation de soi, de la gestion du stress ou de ses émotions**.

L'initiation ne nécessite aucun prérequis sportif ou technique et se fait sans contact entre les participants. L'encadrement est assuré par Souleymane Mbaye « the Sensation » et notre équipe de coaches pour garantir la sécurité et l'épanouissement de tous.



Le team building dure 3h (9h-12h ou 14h30-17h30)

- Accueil / briefing suivi d'une mise en tenue (tous les équipements sont mis à la disposition des participant(e)s).
- **Pratique sportive d'1h30** pour explorer toutes les dimensions de la boxe : la technique des coups, l'intensité sur sac de frappe et même l'adrénaline du ring !

Cette expérience permet une prise de recul sur une thématique choisie (gestion de ses émotions, agilité, concentration, etc.).

- Vestiaires pour les hommes et femmes pour se changer, et prendre une douche (serviettes, shampoing et gel douche mis à disposition des participant(e)s).
- Boissons et encas servis à l'Académie.
- Shooting des participant(e)s par un(e) photographe pendant toute la durée du team building.

team building, séminaire, esprit d'équipe, événement d'équipe



POUR TOUS RENSEIGNEMENTS MERCI DE PRENDRE CONTACT
developpement@keurofchampions.com