



# UNE EXPÉRIENCE ORIGINALE

Pour une journée unique

une séance de sport en plein air composé d'exercices ludiques qui utilisent uniquement le poids du corps. Cette activité insolite vous assurera du fun et de la sueur, mais PAS BESOIN D'ETRE SPORTIVE car nous adaptons à toutes, même aux personnes qui reprennent une activité physique.

Une activité sous la supervision d'un coach avec des challenges en équipe. Le leitmotiv est de s'amuser entre copines. On gardera un challenge spécial pour la mariée

Bien sûr, nous savons que la journée d'un EVJF sur Lyon est longue, donc nous finissons cette activité dynamique par de la relaxation/stretching pour reprendre de l'énergie pour la journée.

Des exercices sportifs adaptés à toutes mais challenge et fous rire garantis

## ON SE FAIT UN HAKA ?



Une chorégraphie inspirée du célèbre HAKA des rugbymens néo-zélandais pour bien commencer l'activité.



# UNE BOOTCAMP PARTY SPORTIVE



Avec un·e professeur·e particulier·e

## PAS BESOIN D'ÊTRE SPORTIVE

Parce que chaque groupe est différent, nous créons sur mesure des activités, faciles, accessibles à toutes les filles du groupe.

## PRÊTE POUR LE CHALLENGE

Vous pourrez vous affronter avec le HAKA (chorégraphie des rugbymen néo-zélandais), des courses relais, des jeux sportifs, des challenges. On gardera un challenge spécial pour la mariée !



## ACTIVITE LUDIQUE

Une activité dynamique qui finit par de la relaxation/stretching pour reprendre de l'énergie pour la journée. Des exercices sportifs adaptés à toutes mais challenge et fous rire garantis

## COACH PRIVATISE

Une activité sous la supervision d'un coach avec des challenges en équipe et des gages spécifiques pour la future mariée. Le leitmotiv est de s'amuser entre copines



# QUELQUES PHOTOS



Pour des souvenirs inoubliables



# NOS TARIFS

Les tarifs incluent le matériel, la rémunération du coach, la prise de photos, ainsi que nos frais annexes tels que le site web, notre référencement sur plusieurs sites spécialisés pour les Enterrements de Vie de Jeune Fille.

## FORMULE COMPLÈTE

À partir de 7 personnes  110 € + 10 € par personne



Si votre groupe atteint les dix personnes, la place de la mariée est offerte ;)

## CONTACTEZ-NOUS



Soyez Actif · [benoit@soyezactif.fr](mailto:benoit@soyezactif.fr) · 0629881576

