



PURA VIDA

EXPÉRIENCE ENTREPRISE

Une parenthèse de bien-être et de cohésion pensée pour vos équipes.

PURA VIDA CLUB

SPORT & BIEN-ÊTRE

Situé derrière l'église Saint Louis à Brest, Pura Vida Club est un espace haut de gamme dédié au sport et au bien-être. Inspiré du lifestyle costaricien, le club allie exigence sportive et bien-être dans un environnement immersif, élégant et apaisant.

Pensé pour une clientèle active et sensible à son environnement, le lieu propose :

UN PLATEAU MUSCULATION & CARDIO HAUT DE GAMME

2 SALLES DE COURS COLLECTIFS DIVERS

UN STUDIO DE PILATES REFORMER

UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

UN ESPACE RÉCUPÉRATION & UN CAFÉ BIEN-ÊTRE



OFFREZ À VOS ÉQUIPES UNE EXPÉRIENCE

**QUI ALLIE MOUVEMENT,
COHÉSION ET ÉNERGIE.**

Pendant 3 heures, nous accompagnons vos collaborateurs à travers un parcours mêlant mouvement, échange et récupération, dans un lieu premium pensé pour le bien-être et la performance.



SORTIR DU CADRE

BOUGER AUTREMENT

RESPIRER ENSEMBLE

SE RECONNECTER



UN FORMAT SÉMINAIRE COURT, IMMERSIF ET IMPACTANT, EN PLEIN COEUR DE BREST.

Durée : 3 heures

Créneau privilégié : 14h – 17h

Participants : 5 à 25 personnes (+ sur devis)

Lieu : 12 rue Keravel, en plein centre ville de Brest

ACCESSIBLE À TOUS NIVEAUX

ENCADRÉ PAR NOS COACHS

CLÉ EN MAIN

EN CENTRE VILLE





LE DÉROULÉ DE L'EXPÉRIENCE



- 1 ACCUEIL & MISE EN CONDITION - 30 MINUTES**
Un temps pour ralentir, poser l'intention et sortir du rythme professionnel.
- 2 COURS COLLECTIF SIGNATURE - 1 HEURE**
Mobilité, respiration, renforcement ou cardio.
Au choix, un moment détente, accessible à tous.
2 cours différents peuvent être proposés en même temps.
- 3 PAUSE SUCRÉE - 30 MINUTES**
Boissons & collations saines. Un temps d'échange informel et qualitatif dans l'espace café bien-être.
- 4 ATELIER COLLECTIF AU CHOIX - 1 HEURE**
Des ateliers concerts et sensoriels, suivant les besoins.
→ nos ateliers à la page suivante
- 5 DÉBRIEF & CLÔTURE - DE 17H À 17H30**
Temps d'échange collectif et retours d'expérience

NOS ATELIERS

CONCRETS, SENSORIELS

ÉNERGIE & ÉQUILIBRE PERSONNEL

CHARGE MENTALE

→ RELÂCHER LA PRESSION ET RETROUVER DE LA CLARTÉ AU QUOTIDIEN

NUTRITION & ÉNERGIE

→ MIEUX MANGER POUR ÊTRE PLUS PERFORMANT AU TRAVAIL

SOMMEIL & RÉCUPÉRATION

→ RETROUVER UN SOMMEIL RÉPARATEUR ET DURABLE

DÉTOX & MOBILITÉ

→ RELANCER LE CORPS ET LIMITER LES EFFETS DE LA SÉDENTARITE

DYNAMIQUE COLLECTIVE & RELATIONNELLE

COMMUNICATION

→ RENFORCER SON IMPACT ET FLUIDIFIER LES RELATIONS

CO-DÉVELOPPEMENT

→ RÉSOUDRE DES PROBLÉMATIQUES CONCRÈTES EN COLLECTIF

CONNAISSANCE DE SOI

→ MIEUX SE COMPRENDRE POUR MIEUX AVANCER (ATELIER ATYPIQUE & ENGAGEANT)

PRISE DE PAROLE INSPIRANTE

→ DÉCOUVERTE DE PARCOURS FORTS, INSPIRANTS ET MOTIVANTS

INTERVENTIONS SUR MESURE SELON VOS ENJEUX

LES BÉNÉFICES POUR L'ENTREPRISE

Ce que vos équipes en retirent :

RENFORCEMENT DE LA COHÉSION

DIMINUTION DES TENSIONS

AMÉLIORATION DE L'ÉNERGIE COLLECTIVE

ACTION CONCRÈTE DE QVT*

EXPÉRIENCE PREMIUM DIFFÉRENCIANTE

Un impact immédiat, sans immobiliser une journée entière, sur les heures de travail, de 14h à 17h.

*Qualité de vie au travail



OFFRE ELIGIBLE BUDGET CSE / QVT

UN FORFAIT UNIQUE POUR LE GROUPE

De 5 à 8 personnes

850 € HT

Entre 106 et 170 € / personne

De 9 à 15 personnes

1 350 € HT

Entre 90 et 150 € / personne

De 16 à 25 personnes

2 000 € HT

Entre 80 et 125 € / personne

Au-delà sur devis personnalisé

Comprend :

- Encadrement par nos coachs
- Pause gourmande
- Atelier thématique
- Coordination & organisation

DANS QUELS CADRES ?

TEAM BUILDING

ACTIONS QVT/RSE

CHALLENGE D'EQUIPE

SEMINAIRE ANNUEL

CELEBRATION REUSSITE

DEBUTEZ L'EXPERIENCE CHEZ WOJO

UN TEMPS DE TRAVAIL AVANT L'EXPERIENCE

À quelques pas du Pura Vida Club, débutez votre expérience par un temps de travail chez Wojo. Un espace pour structurer, échanger et lancer la dynamique.

Un format complet, sur une demi-journée ou une journée :

- Réunion d'équipe
- Plénière
- Atelier collaboratif
- Temps de réflexion stratégique

Un équilibre entre bien-être, énergie et performance collective.

CLÉ EN MAIN

PREMIUM

À PROXIMITÉ

VUE MER

Possibilité de privatisation de salles de réunion Wojo

Organisation sur-mesure selon vos besoins





PURA VIDA CLUB

SPORT & BIEN-ETRE

PURA VIDA

EXPÉRIENCE ENTREPRISE

12 rue keravel à Brest

emmanuelle@puravidclub.fr

06 70 72 86 31

www.puravidclub.fr



Visitez notre page Instagram