

la Plat'
forme
Harmonie mutuelle
par LNSE



LA PLAT'FORME COLOMBELLES HARMONIE MUTUELLE SPORT ET ENTREPRISE

**LA LIGUE NORMANDIE DU SPORT D'ENTREPRISE ET HARMONIE MUTUELLE
GRAND OUEST ONT CRÉÉ LA PLAT'FORME HARMONIE MUTUELLE.**

Ce service interentreprises d'activités physiques est proposé sur le temps du midi aux entreprises de Colombelles et de Caen. Il vise à réduire la sédentarité, créer du lien social entre les salariés et améliorer le bien-être en proposant une offre qui repose sur 3 piliers :

- **1. INFRASTRUCTURES** : Accès à des vestiaires et douches grâce au CSCS Léo Lagrange, la ville de Colombelles, et au Dôme de Caen.
- **2. PRIX** : 90 € l'adhésion valable 1 an de date à date (80 € pour les adhérents Harmonie Mutuelle)
- **3. PROXIMITÉ** : Sites sportifs à moins de 10 minutes en voitures des zones d'activité.



LIGUE
NORMANDIE



Des activités selon vos envies

Planning saison 2023-2024 - Colombelles/Caen

Lundi

Renforcement musculaire

12h30-13h30

Loïc

Mardi

Sophrologie

12h30-13h30

Grégory

Mercredi

Yoga

12h30-13h30

Elsa

Jedi

Pilates

12h30-13h30

Jenny

Vendredi

Multisports

12h30-13h30

Loïc

Badminton

12h30-13h30

Activité libre

Badminton

12h30-13h30

Activité libre

Cardio

12h30-13h30




Frédéric

Pilates

18h00-19h00

Anaïs

Retrouvez le teaser vidéo de la Plat'Forme

-  Salle de danse Léo Lagrange Colombelles
-  Gymnase Pierre Rival Colombelles
-  Dôme de Caen






90€ l'adhésion - Votre séance d'essai offerte !

Informations et inscription !

Contacts

 platformehm@outlook.com

Réseaux sociaux

-  Plat'Forme Harmonie Mutuelle - Colombelles/Caen
-  Plat'Forme Harmonie Mutuelle -Colombelle/Caen
-  Platformehm

