Coaching destinés aux entreprises

Vous dirigez une entreprise? permettez à vos employés de se maintenir en forme et de garantir une cohésion sociale au sein de votre structure. MS COACHING s'adapte à votre emploi du temps en vous proposant des séances à tous moment de la journée ou du soir. Pour vous permettre de vous sentir en forme et de progresser, venez vous défouler avec des séances en circuit training associant exercices de renforcement musculaire et cardio ou des séances de courses à pied.