



# TEAM BUILDING

*La Base Le Temple-sur-Lot*



## LES AUTOMATISMES DE LA PERFORMANCE

Adoptez des rituels quotidiens vous permettant d'améliorer vos capacités de travail et de rester concentré sur vos objectifs.

## OBJECTIF : OBJECTIFS

Travaillez des thématiques spécifiques (cohésion, communication, gestion du temps, etc.) lors de mise en situation au travers d'activités sportives.

## DÉBRIEFER POUR PROGRESSER

Échangez avec votre coach sur vos performances, traduisez cet échange en actions concrètes. Comprenez la nécessité du debrief, sachez formuler des feedback constructifs

## VOUS ÊTES UN ATHLÈTE

Dépassez vous!

Nous proposons des séjours Team Building dont le contenu est spécifiquement élaboré pour votre équipe. Nous travaillons avec votre service des ressources humaines et vos managers afin de construire un programme adapté à votre entreprise. Le séjour est animé par un ex-sportif de haut niveau et nous faisons intervenir des athlètes conférenciers sur demande.

Vos collaborateurs participants au Team Building seront immergés dans le quotidien d'un sportif professionnel et devront gérer au mieux leur mission.





## QUI SOMMES NOUS?

La Base est un centre d'entraînement sportif international accueillant toute au long de l'année des sportifs de haut niveau lors de leur préparation à la compétition.

Contribuer au développement de champions est notre métier, nous sommes bien placés pour savoir que la culture de la gagne ça se travaille!

## SÉJOUR TYPE

### Jour 1

Arrivée en matinée  
Accueil café  
Activités d'introduction  
Déjeuner  
Activités sportives  
Apéritif débrief  
Diner

### Jour 2

Réveil musculaire  
Petit déjeuner  
Activités sportives  
Débrief  
Déjeuner  
Clôture

“

*Si tu gagnes  
sans progresser,  
tu ne seras  
jamais  
champion*



La Base du Temple-sur-Lot est ouverte tous les jours de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30.

Pour toutes demandes d'informations ou réservation contacter le 05.53.01.08.33 ou [contact@la-base.com](mailto:contact@la-base.com).

Team Building 2 jours/1 nuit à partir de 120€/pers.  
Nous contacter pour plus d'information

Découvrez notre centre sur [www.la-base.com](http://www.la-base.com)