

8 solutions pour vous (re)mettre au sport entre collègues

Vous aussi, vous n'avez pas le temps de faire du sport et votre plus belle excuse est que vous avez trop de travail ? Quand on vous parle de sport, vous faites mine de ne rien entendre ? La rédaction de Maddyness a déniché les startups qui vont vous faire du sport, entre collègues, et en douceur.

Gymlib

Créée par Sébastien Bequart et Mohamed Tazi, Gymlib souhaite démocratiser l'accès aux salles de sport. Toutes les personnes dont la motivation sportive est irrégulière peuvent se rendre à la salle en illimité durant un à trois mois. La jeune pousse propose un catalogue d'offres au sein duquel les utilisateurs peuvent piocher pour ne payer que celles qu'ils consomment, sans engagement. L'utilisateur bénéficie ainsi d'une offre plus souple pour faire les activités qu'il souhaite : zumba, cardio, fitness... La startup, qui propose une offre entreprise pour donner accès à plus de 1200 salles de sport en France, vient notamment de lever trois millions d'euros pour accélérer son offre Corporate, en créant des programmes sport et bien-être destinés aux entreprises.

SquadR

SquadR permet aux salariés d'une entreprise de participer à des challenges sportifs. Si l'activité physique se développe ponctuellement via des challenges inter-entreprises, cette application mise sur la cohésion sociale et le jeu sur le long terme. L'esprit d'équipe des salariés est ainsi stimulé à travers une compétition.

OuiSpoon

Créée par Raphaël Maisonnier, Amory Panné et Thibaud Caremolli, OuiSpoon est la première plateforme collaborative proposant des activités entre collègues. Du golf à une séance de natation, les salariés peuvent proposer l'activité de leur choix pour un teambuilding. La startup facilite ainsi l'intégration des nouvelles recrues, la communication inter-services et renforce sa marque employeur. L'ambition de cette jeune pousse est de devenir d'ici trois ans l'un des piliers incontournables du bonheur au travail.

Yogist

Yogist, c'est une startup qui a pour ambition d'introduire le yoga au sein des entreprises. La jeune pousse veut lutter contre le stress au travail en proposant son concept : le yoga corporate. Elle sélectionne des mouvements pour ceux qui travaillent longtemps devant un écran d'ordinateur. Élaborée avec des ostéopathes, cette méthode permet de renforcer et d'étirer toutes les parties du corps qui souffrent du stress et du travail.

TrainMe

Créée en 2015 par Gatien Letartre et Anatole Saby, TrainMe est une plateforme communautaire qui souhaite démocratiser le coaching personnalisé. Elle permet de trouver un coach sportif proche de chez soi et sans engagement. De la zumba au crossfit en passant par le yoga ou le golf, la plateforme donne accès à plusieurs activités. La jeune pousse propose deux offres dédiées aux entreprises : une offre entreprise où des coach viennent réguliers au sein de vos bureaux pour donner des cours ou une offre collaborateurs qui propose des prix avantageux pour bénéficier des cours individuellement.

Fitness Connect

Créée en 2015 par Pierre Paquin, ancien membre de l'équipe de France de ski alpin, Fitness Connect propose des équipements sportifs sous forme de parcours de santé 2.0. Connectés à une application de coaching, ces équipements peuvent être installés dans les entreprises. L'ambition du fondateur est de favoriser le bien-être des salariés sur leur lieu de travail en pratiquant une activité physique régulière.

Sport Heroes

Sport Heroes ambitionne de son côté d'encourager et récompenser l'activité sportive en faisant bénéficier aux coureurs de bons de réduction, au fur et à mesure de leurs efforts. Grâce à la collecte de données des applications et montres GPS de running les plus populaires, la startup aide les utilisateurs, à se dépasser, atteindre leurs objectifs et s'accomplir. Elle propose également une offre corporate : United Heroes Championship, le « challenge des entreprises qui bougent ». Plus précisément, il s'agit d'un challenge permettant de mobiliser ses collaborateurs en interne et de faire vivre le sport en entreprise au quotidien. Ils pourront prochainement être récompensés en cadeaux et bons d'achats. De quoi vous motiver entre collègues.

Massage Chouette

Lancée en novembre 2016, Massage Chouette souhaite transformer les espaces de travail en espaces où le bien-être règne. Des jeunes praticiens en kinésithérapie et ostéopathie interviennent au sein des entreprises pour proposer des massages sur chaise. Après une bonne séance de sport, le salarié peut ainsi se détendre et dénouer ses muscles. Quinze minutes sont dédiées pour chaque salarié afin de réduire le stress au travail.