

Relevez le **défi**, commencez l'aventure !

5

Mois d'entraînement pour **dépasser toutes vos limites**

Le kayak est un sport qui permet de se dépasser et de bâtir un **esprit d'équipe** ou de resserrer des liens déjà existants. Vous participerez à une expérience hors du commun. Au-delà du grand air, de la beauté des paysages, du contact avec l'eau, le vent et les animaux marins - il y a le fait de sortir de chez soi et **partir à l'aventure**. C'est accepter de perdre ses repères, se confronter à la nouveauté, le changement et l'adaptation.

ALLONS + LOIN + FORT ENSEMBLE



Vous allez :

- ≈ sortir de votre **zone de confort**
- ≈ réaliser un **défi hors normes** qui vous amène à vous dépasser sans limites
- ≈ être dans un environnement **stimulant et plein de motivation**
- ≈ appréhender le travail en équipe d'un regard neuf
- ≈ partager **des moments inoubliables**
- ≈ procéder à un **entraînement** du corps, de l'esprit et de la communication
- ≈ développer des **habitudes de vie saines**
- ≈ vous **dépassez** et vous **boostez** pour réaliser l'impossible
- ≈ grandir ensemble

Concrètement :

Vous rejoindrez une équipe de maximum 8 personnes pour 1 entraînement par semaine pendant 5 mois à raison de minimum 20 entraînements en Belgique, au Pays-Bas et en Mer du Nord. Vous serez suivi par des professionnels du kayak dont **Quentin Boulet** - participant de la traversée en 2016



Une approche inédite à 6000 euros HTVA (hôtel, transport et catering du jour du défi compris) - **relevez le défi !**

Un événement composé et animé par



Information:       contact@coresco.eu