



Ramez ensemble pour Consolider votre team en toute Liberté

La tête au vert, les yeux dans le bleu... venez vivre votre sortie d'entreprise dans le cadre magnifique du Rowing Club à Vidy.

Le Rowing Club Lausanne (RCL) vous propose de pratiquer l'aviron dans le cadre de séminaires, de formations ou de sorties d'entreprise.

Cette expérience vous permettra de développer l'esprit d'équipe, la cohésion, l'effort individuel et l'engagement commun au service de l'entreprise.

Nous vous offrons plusieurs modules pour composer votre journée entreprise en toute liberté. Selon l'adage *"un esprit sain dans un corps sain"*, coupez formation et activité sportive en profitant d'une salle de réunion équipée et de moniteurs professionnels pour vous initier à l'aviron.



Forfait de base

Initiation à l'aviron (demi-journée)

- ♦ brève introduction sur le thème de l'aviron
- ♦ apprentissage du mouvement de l'aviron sur un rameur en salle (ergomètre)
- ♦ démonstration du mouvement de l'aviron au bassin à ramer
- ♦ sortie sur le lac en bateau individuel accessible à tous et suivi par un canot moteur
- ♦ si le temps le permet, sortie sur le lac sur des bateaux larges à 5 (yolettes)
- ♦ collation

Proposition de modules pour agrémenter votre journée

Séminaire (demi-journée)

- ♦ salle de réunion équipée (projecteur, écran, flipchart et connexion internet)
- ♦ plusieurs espaces de travail séparés (maximum 10 personnes par salle)
- ♦ pause café et minérales

Repas

organisation d'un repas de midi ou du soir, selon l'une des formules suivantes :



Mise à disposition d'un grill, minérales et café



Buffet froid salé et sucré, minérales et café



Buffet de salade, repas chaud et dessert, minérales et café

Apéritif

organisation d'un apéritif après l'initiation à l'aviron

Polo

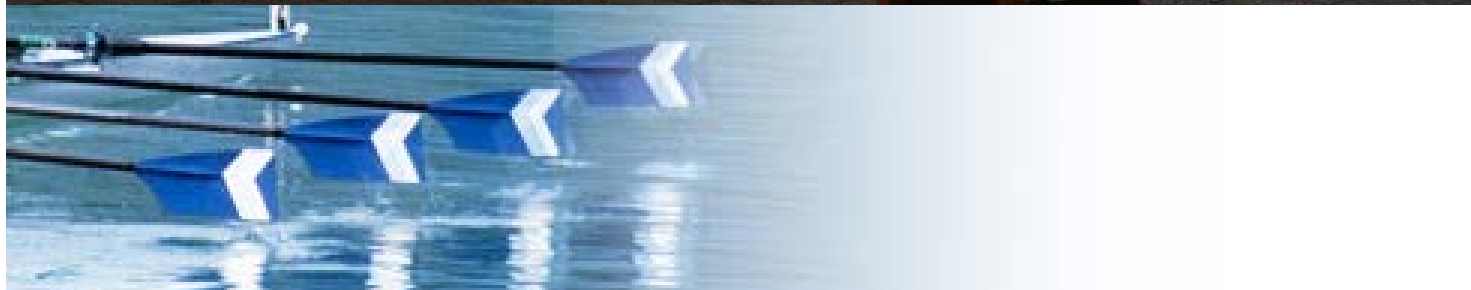
remise d'un polo blanc au logo du RCL à tous les participants



Prix pour la saison 2010

Initiation		100 CHF par personne
Séminaire		250 CHF pour la location 10 CHF par personne pour la collation
Repas		15 CHF par personne
		30 CHF par personne
		50 CHF par personne
Apéritif		15 CHF par personne
Polo		30 CHF par polo

Conditions: entre 8 et 30 participants. Tous les participants à l'initiation doivent savoir nager. Le RCL décline toute responsabilité en cas de non respect de ce prérequis. Tenue de jogging conseillée.



A v i r o n E n t r e p r i s e

Ils nous ont fait confiance

Edipresse

IBM

Tetra Laval

Kudelski

Romande Energie

Union Cycliste Internationale

Deloitte SA



Pour nous contacter et pour plus d'informations:

www.rclausanne.com

comite@rclausanne.com

Nos sponsors

