

PROGRAMME
AVANTAGE
ENTREPRISE



Nous savons que vous avez la santé
de votre équipe à cœur.
Nous aussi.

Nous unissons.
Nous formons.
Nous inspirons.
Nous activons.



Évènements TopChrono est l'entreprise au cœur des évènements sportifs que nous créons dans les Laurentides.



MISSION

Transmettre la passion d'une vie active.

Stimuler de saines habitudes de vie auprès des gens de chez nous par l'activité physique, la course à pied et le sport, dans les entreprises de la Rive Nord et des Laurentides



Nous croyons que des humains en bonne santé performant mieux au travail, en famille et en société.

Une vie active stimule un plus grand indice d'estime de soi et de bonheur chez les individus.

VISION



VALEURS

Nos événements encouragent l'activité sportive, l'activité familiale, l'économie locale et la visibilité au niveau régional.

Respect **Humilité** **Accessibilité** **Inclusion**

Qu'est-ce que le PROGRAMME **AVANTAGE** ENTREPRISE

Notre programme **AVANTAGE** permet aux entreprises participantes de réunir leurs équipes autour d'un défi respectueux de la capacité de chacun mais aussi de rendre cette journée accessible à leurs familles afin de créer des moments uniques, du Team Building et l'occasion de partager joie et fierté.

Chez TopChrono nous proposons des offres incroyables aux entreprises afin de faire bénéficier aux employés et leurs proches de nombreux avantages stimulant la remise ou le maintien de la forme physique qui est reconnu dans l'efficacité et la bonne santé des équipes qui y participent.

Voici les défis proposés:

- ❑ Courir ou marcher lors de notre événement, Demi Marathon de Saint- Sauveur
- ❑ Course 5 km, 10 km et 21 km pour adulte
- ❑ Course 1 km et 2 km pour les plus petits
- ❑ Marche de 5 km pour tous
- ❑ Participer en équipe au Challenge Centraide Laurentides en équipe de 5 (5 x 1 km)



Ce que vous obtenez avec le PROGRAMME **AVANTAGE** ENTREPRISE

- ❑ 15% de rabais sur chacune des inscriptions pour l'ensemble des membres de l'entreprise, et leurs familles. (avec le code attribué à l'entreprise)
- ❑ Un espace pour installer votre chapiteau de 10' x 10' afin d'avoir un point de rencontre pour vos employés et de la visibilité pour votre entreprise (si votre chapiteau est identifié.)
- ❑ Plans d'entraînements adaptés
 - ❑ Débutant
 - ❑ Plan d'entraînement en mode fractionné qui permettra à qui que ce soit d'apprendre à évoluer en course à pied sans se blesser
 - ❑ Plan pour 5 km - 10 km - 21,1 km

Le jour de l'événement, les participants reçoivent;

- ❑ Dossard - Médaille – Collation - Photos



CHALLENGE

CENTRAIDE LAURENTIDES

5 X 1 KM RELAIS

- Mettez au défi les autres entreprises
- Inscrivez votre équipe de 5 coureurs
- La totalité des frais d'inscription seront remis à Centraide Laurentides
 - Courez la chance de gagner de magnifiques prix offerts par Sports Experts Saint-Sauveur

UNE BELLE FAÇON DE S'AMUSER ET DE CONTRIBUER À NOS COMMUNAUTÉS

**sports
experts**
Saint-Sauveur



Centraide
Laurentides

Nous proposons également
un programme santé en entreprise

Conférences – Formations
Activités sportives d'équipe
Santé mentale
Nutrition
Motivation ...

Des sujets et orateurs puissants
afin de mobiliser vos équipes

Contactez-nous pour plus de détails




**ÉVÈNEMENTS
TOPCHRONO**
Promoteur d'expériences sportives accessibles pour tous

Jacques Aubin - l'histoire d'un humain déterminé



Né à Montréal, très jeune, Jacques Aubin découvre le plaisir de la course à pied. À l'école, il se joint à l'équipe de cross country et participe à plusieurs courses qui le mèneront à cette époque, déjà, à courir en forêt dans la campagne de son enfance.

Jacques devient sédentaire et en plus, obèse morbide. Dans un élan de désir de changer sa vie, il décide en octobre 2009 de tout changer et de transformer son corps de 415 livres (190 kilos) en celui d'un athlète de 190 livres (87 kilos).

Sa détermination lui aura permis de sauver sa vie mais pour Jacques, les 225 livres (103 kilo) ne sont que le début. Il décide de finir ses études, changer de carrière et faire que son travail soit axé sur ses valeurs d'humilité, d'accessibilité, d'intégrité et de respect.

Depuis 2012, Jacques a obtenu plusieurs certifications afin d'aider les gens à reprendre le contrôle de leur santé par l'activité physique.

Jacques Aubin - une histoire pour inspirer



Jacques est donc devenu coureur, coach contagieux et conférencier professionnel.

Il participe annuellement à plusieurs courses sur route, en sentier (Trail), et à plusieurs triathlons de type Ironman.

Un motivateur incroyable, Jacques a une énergie unique et attire sur lui les regards des plus grandes entreprises du Québec. Organisateur du Défi Entreprises Montréal, Jacques à mobiliser des dizaines milliers de personnes à bouger plus et choisir leur santé.

Fondateur des programmes "Actif au Boulot" et "Courir, jouer, grandir", Jacques s'investit à enseigner l'art du plaisir de bouger aux enfants et aux adultes qui participent au programme dans leurs milieux scolaires, d'affaires ou communautaires. L'acquisition des Évènements TopChrono n'est pour Jacques qu'un autre moyen de faire bouger les gens.

" Mon travail, ce n'est pas juste de faire courir le gens, mon travail est de les faire avancer "

~Jacques Aubin~

«Le corps réalise ce en quoi l'esprit croit»

**Octobre 2009 à aujourd'hui
de 415 lbs (189KG) à 190 lbs (86kg)**

