



 Hotel ★★★★
Lyon Métropole

SÉMINAIRE

SereniTeam





Nouveau concept de séminaire SereniTeam

Proposez à vos collaborateurs de partager un moment de cohésion et de bien-être dans le cadre de l'Hôtel Lyon Métropole, propice à l'inspiration et au ressourcement. Ses infrastructures exceptionnelles (Spa Lyon Plage de 2 500 m², piscine intérieure de 25m, parcours d'hydromassages, espace forme...) et son équipe de coaches professionnels offrent les conditions idéales pour l'organisation d'un programme sur-mesure.

Ressourcez vos équipes le temps d'un séminaire en renforçant leur motivation et leur concentration, loin des tensions de la vie quotidienne, déconnectées des écrans anxiogènes. **Alternant sessions de travail et activités bien-être à la carte** (marche, yoga, méditation, respiration...), le concept SERENITEAM inclut également une alimentation saine et équilibrée pour faire le plein d'énergie ! Des petites attentions en chambre jusqu'aux coussins mis à disposition pour la sieste, **tout a été pensé pour le bien-être du corps et de l'esprit**, qui contribue à l'épanouissement et la concentration au sein des entreprises. **Se reconnecter avec soi-même pour mieux se connecter aux autres...**



L'Hôtel Lyon Métropole

Agréablement situé sur les rives de la Saône, l'Hôtel Lyon Métropole vous offre un environnement contemporain, fonctionnel et calme.

Doté d'infrastructures uniques à Lyon (12 salles de séminaires, un des plus grands city spas de France...), il combine aujourd'hui son expertise en matière d'organisation de séminaires et de référence bien-être pour vous offrir une nouvelle approche de vos réunions.



Spa



Restaurant

Produits frais, fait maison



**174
chambres**



Bar



**Parking
privé**



**Coach
séminaire dédié**



Exemple de séminaire SereniTeam

JOUR 1

.....
**Accueil avec rituel serviette chaude,
remise du programme et boisson chaude.**
.....

- Réveil musculaire
(Stretching / Yoga / Pilates / Travail sur l'équilibre)
- Collation Wellness
- Réunion avec pause permanente détox
- Temps personnel
- Déjeuner healthy
- Marche digestive accompagnée
- Réunion avec pause permanente détox
- Séance Bien-être au Spa Lyon Plage (piscines, hammam, fitness...), ateliers sur-mesure : Cardio / Iyashi / Massage / Diagnostic forme...
- Cocktail : live cooking et plancha

En chambre



Ambiance apaisante



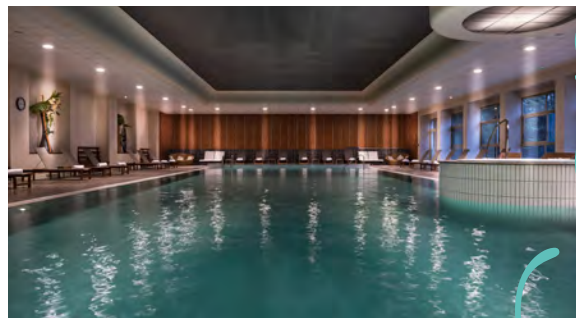
Petite attention zen



Tisane



Lecture du soir



JOUR 2

- Réveil musculaire
(Stretching / Yoga / Pilates / Travail sur l'équilibre)
- Collation Wellness
- Discussion sur la lecture de la veille
- Réunion avec pause permanente détox
- Temps personnel
- Déjeuner healthy
- Atelier respiration bien-être

Fin du séminaire

SereniTeam

Séminaire SereniTeam

events@lyonmetropole.com

Tél. 04 81 18 51 56



85, quai Joseph Gillet, 69004 Lyon

Tél. 04 72 10 44 44

metropole@lyonmetropole.com

www.lyonmetropole.com



ARTELOGE

HOTELS & RESTAURANTS