

心  
技  
体



École Marcel Pérès

---

**Une équipe au service de la cohésion de groupe en entreprise.**

---

Des propositions pour les entreprises, adaptées à tous les profils de vos salariés.

# UN CONCEPT ORIGINAL ET INNOVANT :

UN TEMPS FORT  
BASÉ SUR LES VALEURS DES ARTS MARTIAUX.

Développement individuel et collectif :



- Canaliser son énergie
- Agilité
- Contrôle de soi
- Fédérer une équipe



# Ils nous ont fait confiance



Nous avons choisi de travailler avec l'**AML Judo** car la prestation proposée était en parfaite adéquation avec notre besoin : **4CAD Group** compte 180 collaborateurs répartis dans 8 agences. 70% de nos collaborateurs sont des consultants qui parcourent la France, la Suisse, le Benelux et le Canada. Il est très important pour notre groupe de réussir à maintenir la cohésion d'équipe malgré ce contexte multi-sites ; les ateliers proposés par l'**AML Judo** répondaient parfaitement à ce besoin. De plus, les qualités nécessaires à cette pratique sportive sont très proches de celles que j'attends de mes collaborateurs au quotidien : agilité, performance, savoir-être, collaboration, gestion du stress.

**Stéphane Letheule**  
Président de 4CAD Group

## In Extenso

**In Extenso Centre Ouest** a réuni l'ensemble de ses managers pour une matinée de cohésion d'équipe autour des arts martiaux. Les professionnels et bénévoles de l'association ont mis tout en œuvre pour accueillir un groupe de 120 personnes. Les ateliers proposés (self défense, Haka, relaxation...) ont été appréciés et ont permis de travailler sur des valeurs communes de management. L'ensemble des participants garde un excellent souvenir de cette journée.

**Christian Lepicier**  
Directeur



- Organisations d'évènements clefs en main.
- Prestation proposant des ateliers pour rassembler vos équipes pour un moment unique hors cadre professionnel.



Marcel  
PÉRÈS  
Directeur  
Technique



Joël  
ROY  
Président  
de l'AML Judo

# ETHIQUE DU JUDO

## Meilleur emploi de l'énergie.

Un minimum d'efforts  
pour un maximum d'efficacité.

## Entraide et Prospérité mutuelles.

Les progrès et les résultats individuels  
ne passent que par  
une solidarité mutuelle.

*Deux principes transposables  
dans la vie personnelle  
et professionnelle !*

礼儀

### LA POLITESSE

C'est le respect d'autrui

勇氣

### LE COURAGE

C'est de faire ce qui est juste

誠

### LA SINCÉRITÉ

C'est s'exprimer sans déguiser sa pensée

名譽

### L'HONNEUR

C'est d'être fidèle à la parole donnée

謙虛

### LA MODESTIE

C'est parler de soi-même sans orgueil

敬尊

### LE RESPECT

Sans respect aucune confiance ne peut naître

自制

### LE CONTRÔLE DE SOI

C'est de savoir se taire lorsque monte la colère

友情

### L'AMITIÉ

C'est le plus pur des sentiments de l'être humain



# Canaliser son énergie

Patrice DENIAU



# Apaiser

*pour mieux gérer  
les conflits*



# Respirer

*pour apprivoiser  
son stress*

# Prendre conscience de son corps

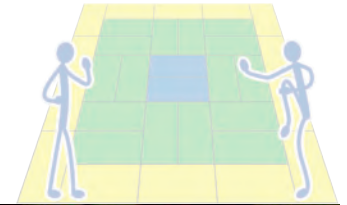
*pour diminuer les effets liés aux mauvaises postures*





# Prendre l'avantage et faire le choix de l'efficacité

Marcel PÉRÈS





Contrôle de soi  
pour gérer les désaccords  
et faciliter le dialogue



Protection  
pour prendre  
de la distance

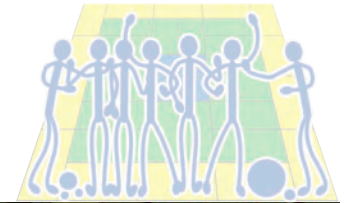
Analyse de la situation  
pour appréhender les conflits





# Travailler ensemble

Pierre-Yves MORON



Fédérer  
*pour apporter un nouveau dynamisme*



Partager  
*pour inviter à la solidarité*

Développer l'esprit d'équipe  
*pour avancer ensemble*



# Une organisation à la carte



## Une équipe...

- dirigée par Marcel Pérès, directeur technique, sportif et formateur régional judo.
- menée par des enseignants diplômés d'état pour un coaching personnalisé.
- animée par 70 bénévoles, présents pour mieux vous accompagner.



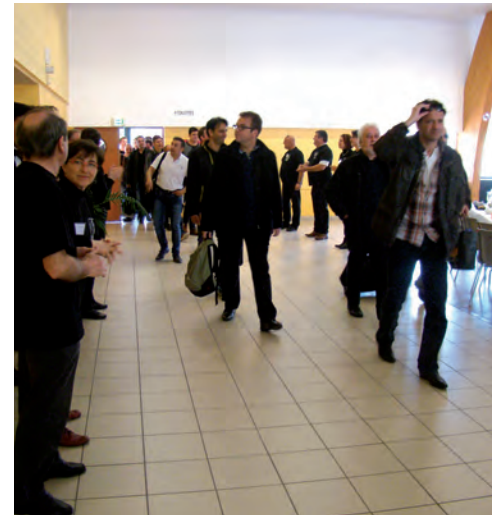
Un pack de bienvenue  
*(tee-shirt à votre logo, objets publicitaires).*





Restauration, buffet ou cocktail  
selon votre choix.





Salle de séminaire,  
à votre disposition



心

L'ESPRIT  
Shin

技

LA TECHNIQUE  
Ghi

体

L'EFFICACITÉ  
Tai



Complexe sportif François -Bernard  
Avenue Gallieni  
49130 Les Ponts de Cé  
02 41 79 26 05  
amljudo@gmail.com

École Marcel Pérès