

DÉCOUVREZ UN NOUVEL ESPACE SPORT & SANTÉ EXCEPTIONNEL



AU CŒUR DE PARIS LA DÉFENSE SUR 3500 M²

www.bebettercenter.com

BE
BETTER
CENTER

UNE MÉTHODE UNIQUE AUX RÉSULTATS PROUVÉS

◆◆◆ ATTEINDRE LE MEILLEUR DU POTENTIEL DE CHACUN

« Nous sommes globalement tous identiques, et spécifiquement tellement différents ! »

La méthode Be Better est une approche globale qui permet de préserver votre capital santé et votre équilibre personnel par la détente, le plaisir, l'action et de bonnes pratiques de vie (alimentation, sommeil, gestion de stress, etc).

Nous proposons différents types d'accompagnement émotionnel, mental et/ou physique sur-mesure pour mieux profiter de votre quotidien.



◆◆◆ QUELS QUE SOIENT VOTRE NIVEAU, VOTRE AGE, VOTRE FORME...

Nous établissons ensemble un bilan personnalisé de votre état de forme physique et psychologique grâce à la méthode BBC by WITTYFIT.

Ce bilan prendra en compte aussi bien l'activité physique, le sommeil et la nutrition que votre moral et votre stress.

Cette méthode est établie en collaboration avec un collège d'experts en médecine préventive, sportive et nutritionnelle. Ce bilan permet de prendre conscience des interactions entre les cinq composantes et d'établir ainsi des programmes sur-mesure avec un engagement de résultat.



BE BETTER
CENTER

En pratiquant les activités du Be Better Center et du Be Better Institute, nous garantissons l'atteinte des résultats définis entre le coach et le sportif.



UN CENTRE DE SPORT & SANTÉ AVANT-GARDISTE AU CNIT - PARIS LA DÉFENSE

BE
CENTER

BETTER



Santé

Préservez votre capital santé par la détente, le plaisir, l'équilibre alimentaire et le sport.



Golf

Le plus grand golf indoor d'Europe, école de golf, putting green géant et coachs PGA France.



Bien-être

Retrouvez votre équilibre par des activités douces et des conseils médicaux-sportifs avisés.



Sport

Une salle de fitness dernier cri et des programmes sur-mesure pour atteindre vos objectifs.



Events

Vivez plus fort vos événements, happenings et after-works dans un cadre exclusif.

 **UNE COMPLÉMENTARITÉ UNIQUE POUR ÊTRE MIEUX DANS SON CORPS ET MIEUX VIVRE SON SPORT**

C'est l'engagement du Be Better Center qui rassemble dans un lieu unique et avant-gardiste le plus grand golf indoor d'Europe, des activités sportives exclusives, un institut dédié au bien-être et des modules « médicaux » intégrés. Cette approche unique vous permet de vous sentir mieux dans votre corps et de le mesurer.



UNE VÉRITABLE MAISON DU GOLFEUR ÉLÉGANTE ET DÉCONTRACTÉE

BETTER
CENTER



••••• UN « **SPORT'S BAR** »

Au centre de l'espace golf, un lieu permettant de se détendre entre amis ou collègues au fil des retransmissions de tous les événements sportifs en live.

Plaisir garanti avec de multiples écrans géants, une carte bar et petite restauration.

Vibrez dans un lieu magique pour vos événements Sport & Santé, happenings et after-works.

LE PLUS GRAND PRACTICE DE GOLF INDOOR EN EUROPE

DES COACHS EXPERTS ET CERTIFIÉS DE LA PGA FRANCE

Des coachs PGA France présents en permanence pour des initiations, des team-training, des cours individuels.

Retrouvez la liste complète de nos enseignants sur www.bebettercenter.com

- Un putting-green géant de 600 m2 modulable (18 trous)
- Des postes de practice sur filet
- Une école de golf pour petits et grands, néophytes et confirmés



DES SIMULATEURS DERNIÈRE GÉNÉRATION

- Plus de 200 parcours mythiques
- Zones techniques avec radars et analyse du swing en 3D
- Un centre officiel « by trackman »



BEBETTER
CENTER



MIEUX VIVRE ET MIEUX AGIR POUR SA SANTÉ

BETTER
CENTER



••• LE BE BETTER INSTITUTE

Un collège d'experts spécialistes de la nutrition, de la micro-nutrition et du sommeil offre un travail transversal au service de votre capital santé : kinésithérapeutes, ostéopathes, spécialistes de la nutrition et de la micro-nutrition, du sommeil mais aussi des coachs sportifs dédiés à l'activité posturale, au mental et à la stratégie de jeu.



Le Be Better Institute propose des conférences et des ateliers pratiques pour vous aider à mieux vivre et mieux agir pour votre santé, mieux vous nourrir et mieux dormir, mieux vivre au fil du temps, mieux gérer votre stress au travail ou avant un événement ou une compétition.

AU SERVICE DE VOTRE BIEN-ÊTRE

- Des experts dédiés aux activités orientées Santé.
- Des kinésithérapeutes, ostéopathes, spécialistes de la nutrition, de la micro-nutrition et du sommeil.
- Des coachs sportifs dédiés à l'activité posturale.
- Des coachs dédiés à l'émotionnel, au mental et à la stratégie de jeu.

Retrouvez la liste complète de nos professionnels de santé sur www.bebettercenter.com



UN CENTRE DE FITNESS DERNIÈRE GÉNÉRATION

SE RELAXER, ÊTRE MIEUX, PROGRESSER, DEVENIR MEILLEUR

Après avoir dressé un bilan complet de votre niveau de bien-être physique et psychologique via notre outil «Be Better Center by Wittyfit», nous concevons un programme spécialement étudié pour vous aider à atteindre vos objectifs.

Le Be Better Center, c'est plus de 100 heures de coaching hebdomadaire individuel ou en groupe (réservation en ligne), 30 activités, sportive liées à la santé (Yoga, Pilate, Waff, Boxe, Krav Maga,...), un espace de cardio-training, 1 salle hi-tech « d'Immersive Cycling », des sports intensifs pour développer la confiance en soi et vous permettre de travailler des domaines variés et complémentaires.

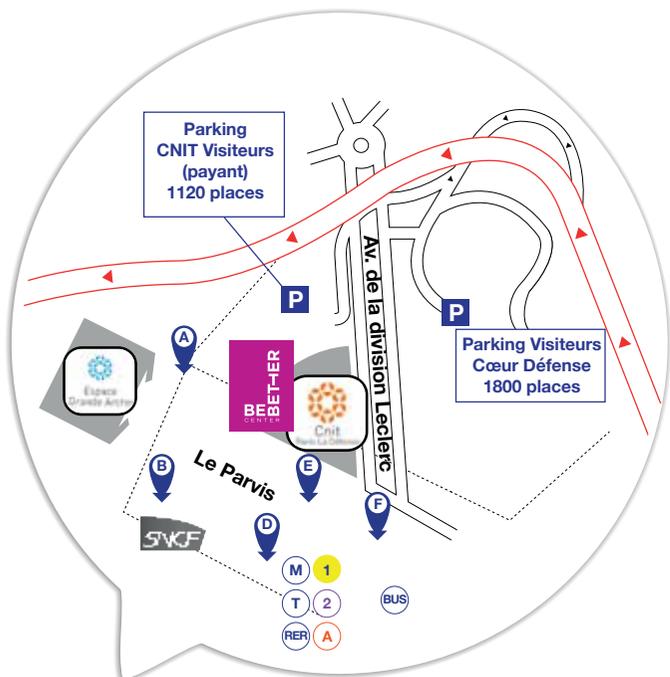
DES OFFRES ADAPTÉES À CHACUN



en savoir plus sur www.bebettercenter.com



BE BETTER
CENTER



METRO :

Ligne 1, Château de Vincennes / La Défense Grande Arche
RER A, Boissy-St- Léger / Marne-La-Vallée - Poissy / Cergy

TRAMWAY :

Ligne T2, Issy / Val de Seine

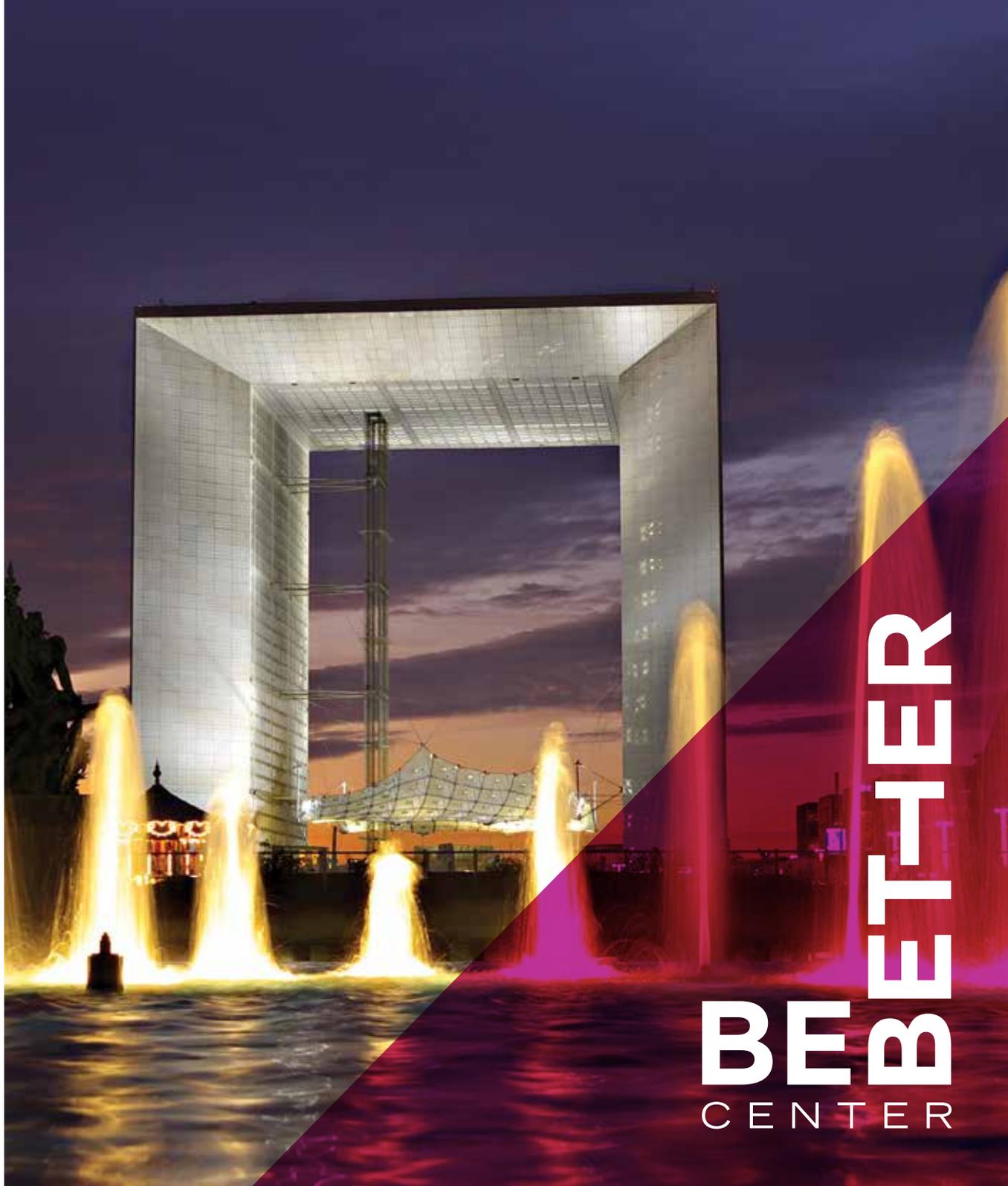
ACCÈS PARKINGS :

Sortir à **La Défense 6**, suivre les indications **Parking Visiteurs** ou **Cnit**.

www.bebettercenter.com

OUVERT TOUS LES JOURS DE 7H30 À 23H

BE BETTER CENTER
CNIT . 2 PLACE DE LA DÉFENSE
92053 LA DÉFENSE
NIVEAU -1, AU FOND DE LA GALERIE.



BE BETTER
CENTER