



ABC · ANABELLE BALANCE CREW

מביאים את האיזון והתנועה לתרבות ההייטק שלכם

הצעה לתוכנית Wellness לצוות שלכם: שיעורים שבועיים, סדנאות חודשיות ו-Day Retreats.

מי אנחנו

ABC נוסדה ע"י אנבל אטיאס, בוגרת מדעי המחשב שעבדה שנים בהייטק ועברה לעולם התנועה והנפש. אנחנו מכירות את הקצב, את הלחץ ואת הישיבה הארוכה, ובונות תוכניות שמשתלבות ביומן של צוותים שאפתנים.

מה אנחנו מביאות

שיעורים שבועיים

פילאטיס במשרד או בזום, מותאם לכל הרמות.

Workshops חודשיים

ארגונומיה, מיינדפולנס, חוסן נפשי ואנרגיה.

Day Retreat רבעוני

יום שלם של תנועה, אוכל טוב וחיבור מחוץ למשרד.

Custom Merch

מזרנים, בקבוקים ותיקים ממותגים לעובדים.

שלוש תוכניות

Essential · לצוותים שרוצים להתחיל בקטן ובקביעות

- שיעור פילאטיס שבועי במשרד או בזום
- סדנה רבעונית אחת
- Day Retreat שנתי
- ליווי ותיאום מלא מול HR

Growth · לחברות בצמיחה שרוצות תרבות Wellness אמיתית

- שני שיעורים בשבוע
- סדנה חודשית: ארגונומיה, מיינדפולנס, חוסן
- שני ימי Day Retreat בשנה
- ערכות Merch ממותגות לעובדים
- דוח השתתפות ומשוב רבעוני

Signature · לארגונים שרוצים חוויה מלאה ומותאמת

- שלושה שיעורים בשבוע
- סדנה חודשית בהתאמה אישית
- Day Retreat בכל רבעון
- קולקציית Merch מותאמת למותג שלכם
- מנהלת תוכנית ייעודית

השלב הבא: שיחת היכרות של 15 דקות, ובה נבנה הצעת מחיר מותאמת לגודל הצוות ולצרכים שלכם.

anabellebalancecrew.com/discovery · וואטסאפ 053-5200982