



# Zen Truck

Solution de récupération physique et mentale



---

# Qu'est-ce que le Zen Truck ?



Le Zen Truck, solution itinérante de bien-être au travail, allie haute technologie et savoir-faire traditionnel pour améliorer la QVCT en entreprise. Cette innovation exclusive parcourt la France et s'installe au pied des entreprises..

En 15 minutes seulement, sur votre temps de pause, rechargez vos batteries physique et mentale.

A bord du Zen Truck, découvrez 3 services pour une récupération rapide et efficace ;



Micro-sieste & massage anti-troubles musculo-squelettiques sur fauteuil Zen Gravity



Sophrologie & musicothérapie (ondes binaurales)



Réflexologie plantaire Zen Foot

---

# À bord du Zen Truck

Rechargez vos batteries physique et mentale avec le *Zen Gravity* et le *Zen Foot*



---

# Découvrez le Zen Gravity

Profitez d'une pause régénérante avec massage intégral du corps à bord du Zen Gravity, 1<sup>er</sup> fauteuil de massage intelligent de conception française.

Ergonomique et technologiquement abouti grâce à son scanner corporel, le Zen Gravity délivre des protocoles de massage élaborés par un ostéopathe et des massothérapeutes du Zen Bar, premier bar à sieste de France établi en 2011.



---

# Découvrez le Zen Foot

Conçu sur le principe de la réflexologie, le Zen Foot est un massEUR pieds qui soulage vos points de tensions au niveau plantaire en atteignant toutes les zones de votre pied, du petit orteil au talon.

En 15 minutes seulement, le massage drainant agit contre la sensation de jambes lourdes, grâce à un enveloppement de vos pieds (pressothérapie) favorisant le retour sanguin et le drainage lymphatique.



## Les bienfaits:



Anti-jambes lourdes



Soulage les tensions musculaires



Favorise le retour veineux et le drainage lymphatique



Stimule la voûte plantaire grâce aux pressions exercées sur les points de réflexologie.



## Sophrologie - Musicothérapie



Inspirée de thérapies occidentales et de disciplines orientales telles que le Yoga ou le Zen, la sophrologie est une méthode de relaxation dont le but est de retrouver ses capacités pour mieux gérer son quotidien. Cette pratique psychocorporelle s'appuie essentiellement sur la détente physique, obtenue grâce à des exercices de respiration dynamique et la visualisation.

Chaque piste audio est programmée sur différents thèmes de sophrologie et accompagnée d'une musique immersive à 360° avec ondes binaurales, favorisant ainsi détente et relaxation.



### Les bienfaits :



Diminution des effets du stress et de l'anxiété



Régulation du rythme cardiaque grâce aux exercices de respiration



Relâchement des tensions nerveuses



Amélioration de la concentration



Relaxation dynamique pour un meilleur lâcher prise



# Satisfaction Client

**Indicateurs clés de performance KPI ( Zen Truck ) : sondage réalisé en Janvier 2025 à la Haute Autorité de Santé (HAS) - Echantillon de 56 personnes**

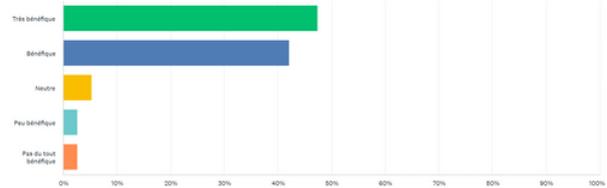
Quelle note donneriez-vous à l'animation de Zen Truck ?  
Réponses(x) obtenue(s) : 39 Questions(x) ignorée(s) : 2



Zen Truck @ H.A.S

📄 (0)

Dans quelle mesure la pause relaxante à bord du Zen Truck vous a été bénéfique ?  
Réponses(x) obtenue(s) : 38 Questions(x) ignorée(s) : 2



Zen Truck @ H.A.S

📄 (0)

Avant votre séance à bord du Zen Truck , comment vous évaluez votre état général ?  
Réponses(x) obtenue(s) : 39 Questions(x) ignorée(s) : 1



Zen Truck @ H.A.S

📄 (0)

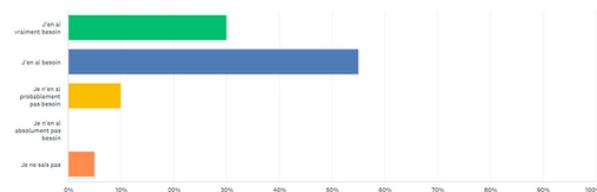
Après votre séance à bord du Zen Truck, comment vous évaluez votre état général ?  
Réponses(x) obtenue(s) : 39 Questions(x) ignorée(s) : 1



Zen Truck @ H.A.S

📄 (0)

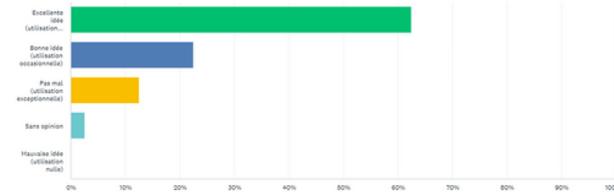
Pensez-vous que ce type de pause corresponde à un besoin régulier au travail ?  
Réponses(x) obtenue(s) : 40 Questions(x) ignorée(s) : 0



Zen Truck @ H.A.S

📄 (0)

Pour améliorer votre quotidien au travail à l'H.A.S, que pensez-vous de la pertinence d'une future salle de repos autonome ...  
Réponses(x) obtenue(s) : 40 Questions(x) ignorée(s) : 0



Zen Truck @ H.A.S

📄 (0)

Source : SurveyMonkey

---

# Nos tarifs Zen Truck

Avec une capacité d'accueil maximale de 72 personnes, nous nous déplaçons dans toute la France. Pour toute animation hors Île-de-France, des frais kilométriques s'appliquent.

**Tarif Haute Saison**  
**1290 € HT**  
la journée

( De Avril à Décembre )

**Tarif Basse saison**  
**1090 € HT**  
la journée

( De Janvier à Mars )

# Zen Truck

*Ils nous font confiance*

Google

 RENAULT

 BNP PARIBAS

L'ORÉAL

 EDF

 DASSAULT  
SYSTEMES

 VEOLIA  
EAU

SERVAIR

 GEFCO

castorama

#CLOUD  
Business Center

seine  
&marne  
LE DÉPARTEMENT

 PRÉSIDENCE DE LA RÉPUBLIQUE

MARNEetGONDOIRE  
communauté d'agglomération

 stet

Plurial Novilia   
Groupe ActionLogement

 1001vies  
habitat

 FCBA  
INSTITUT  
TECHNOLOGIQUE

 AMPLI  
MUTUELLE  
Professions Libérales & Indépendantes

 NIPPON EXPRESS



# Zen Truck

Réservations & informations:

[zentruck.com](http://zentruck.com)

[christophe@zenlabe.com](mailto:christophe@zenlabe.com)

+33 6 19 03 13 06

