Nicolas Rouig

Nicolas Rouig est un **ancien sportif de haut niveau** s'étant reconvertit dans la **santé**, le **bien-être** et le **coaching personnel** et **collectif**.

Ancien membre de l'**équipe de France de Kung-Fu**, Nicolas Rouig s'est reconvertit comme **coach personnel** et **collectif** et comme thérapeute il y a plus de 15 ans. Il s'est depuis encore plus spécialisé en étant **diététicien** et **spécialiste de la santé**, du **bien-être** et de la **nutrition**.

Nicolas Rouig réalise des **interventions en entreprise**, il peut également être **animateur d'évènements** afin d'améliorer la santé de vos collaborateurs et de faire prendre conscience de l'importance de la nutrition, du sport et du sommeil dans la **productivité des employés**. Il peut ainsi mettre en place des **activités** portant sur les 5 sens en entreprise.

Fort de son savoir de **diététicien-nutritionniste** et de médecine chinoise, Nicolas Rouig apprécie fortement de **mettre en place un suivi après son intervention en entreprise** afin de pouvoir accompagner l'entreprise dans la mise en place de ses démarches collectives et individuelles.

Nicolas Rouig est également un **auteur**, il a publié deux livres : « Je me libère du stress » et « Je retrouve mon énergie ».

Conférencier professionnel depuis plusieurs années, étant intervenu pour des **conférences en entreprises** telles que Louis Vuitton, AXA, BNP Paribas… il est un **intervenant idéal** pour traiter des notions de gestion du stress, de motivation en entreprise, de bien-être au travail. Nicolas Rouig est donc un **conférencier** idéal pour **intervenir en entreprise** sur des notions de management du bien-être en entreprise.