

# Anche nella tua **CITTA'** **COACHING DI GRUPPO**

Hai realizzato i tuoi sogni nell'anno appena terminato?  
Rimasto solo un sogno e non l'hai tradotto in obiettivo?  
Chi ha realizzato si è concentrato su 3 cose fondamentali.  
Vuoi scoprirle e divertirti nei primi 3 mesi a realizzare  
i tuoi o il tuo Obiettivo?

**Ci alleneremo insieme per realizzare...**



**Il Coaching è un Percorso di Realizzazione verso il bene-stare.**  
**Se nel tuo concetto di BENE-STARE c'è:**

...



Incostanza, intolleranze alimentari, metabolismo rallentato?



Liberarti dalle vecchie dipendenze, dalla paura di cavartela da sola/ solo, dall'incapacità di armonizzare il senso della tua libertà con i tuoi sentimenti ?

...una  
professione che  
soddisfi?



## ... puoi dire **QUESTO CORSO E' PER ME!**

I partecipanti al Corso interattivo COACHING DI GRUPPO verranno "guidati" a chiarire i loro obiettivi, scegliere le priorità, come utilizzare le proprie capacità in modo efficace attraverso tecniche di ANCORAGGIO, MOTIVAZIONE, STRATEGIE NUTRIZIONALI DISINTOSSICANTI

**Il LIFE COACH** dall'inglese "carrozza" indicativo dell'essere "trasportato" da dove si è oggi a dove si vuole arrivare è il professionista che ti aiuta ad utilizzare le DOTI MIGLIORI E MANTENERTI SALDO VERSO IL TUO OBIETTIVO.

**Metodo e argomenti:** fotografia della "torta della vita", riconoscere "sabotaggi e ombre" e come trasformarli, costruzione di un "Un'ancora di sostegno personale", feedback verso il prossimo traguardo per telefono.

- ❖ Il corso è adatto a chiunque abbia la necessità o la voglia di organizzare le azioni verso uno o più obiettivi in modo efficace (e spesso divertente).
- ❖ Il corso non è una terapia di gruppo.
- ❖ Il corso può essere frequentato da chi già sta bene e vuole stare meglio.
- ❖ Il corso è consigliato anche a chi sta svolgendo una terapia comportamentale cognitiva. Si escludono registrazioni in aula.
- ❖ Il corso ha inizio con un minimo di 6 partecipanti max 15.

### **Svolgimento del corso una giornata:**

Indossare abiti comodi, portare una vecchia maglietta o indumento da poter "gettare via".

- l'incontro ha inizio alle 9.45 fino alle 18.00
- Date svolgimento 24 MARZO 2017-21 APRILE-25 MAGGIO
- Costo: 140 Euro ad personam, 85 se l'iscrizione avviene in coppia (iva esclusa) a persona.
- Verrà effettuato il 10% di riduzione sulla quota d'iscrizione per chi completa l'iscrizione 15 giorni prima della data d'inizio, versando solo euro 126.

### **Docente Trainer: Dr.ssa Marzia Lucherini**

Wellness Coach (Nutrizionista)

Specializzata in Naturopatia, Omeosinergia del sintomo, Master in Pnl)

[www.risultatistupendi.it](http://www.risultatistupendi.it)

**Info e iscrizioni:** Tel. Cell. 338-8457714 - [marziadiet@yahoo.com](mailto:marziadiet@yahoo.com)

