

**PERCORSO INNOVATIVO
PER REINVENTARE
IL PROPRIO QUOTIDIANO**

**STAY HUNGRY
STAY FOOLISH**

LIFE COACHING 2012

dalla gestione del Tempo alla gestione della Vita

obiettivi

Sviluppare coerenza tra Sapere, Fare ed Essere
Stimolare il benessere globale di Mente, Corpo, Emozioni
Ritrovare le motivazioni profonde e l'elasticità mentale
Networking, creare nuove relazioni stimolanti

programma

sabato 21 gennaio 2012 - **Scoprire il mondo interiore, think different**

sabato 21 aprile 2012 - **Riconoscere le preferenze più intime**

sabato 21 luglio 2012 - **Una visione globale e gli otto campi della vita**

sabato 20 ottobre 2012 - **Dalla gestione del tempo alla gestione della vita**

costo



giornalieri (costo complessivo chf 720.-)

4 INCONTRI DI 6 ORE (SABATO: 14.00 - 20.00)

trainer

Fausto Bigolin, trainer sportivo laureato al Politecnico di Zurigo (1996), esperto di Promozione e Prevenzione della Salute, master in sistema I.N.A., formatore di istruttori e conduttori sportivi Allez Hop e Ryffel Running, Personal Coach

Claudio Luraschi, psicologo laureato all'Università di Ginevra (1995), trainer aziendale, master in Sistema I.N.A. e P.N.L., con esperienza decennale a livello internazionale di coaching in campo aziendale e pubblico, e di docente in campo educativo e istituzionale

referenze aziendali

ABN-AMRO BANK, AL PORTO, BASILESE, BAZZI, BANCA MEDIOLANUM, BUITONI, BSI, CERBIOS PHARMA, COOP, CST, ELECTRASIM, ERGO, EUROSLOT, FERROVIE FEDERALI SVIZZERE, GRUPPO EUROTRANCIAURA, GRUPPO SICUREZZA, HEINEKEN, HELSANA, HUGO BOSS, IBM, KEDRION, LA POSTA, MANOR, MARCHE', MERCEDES, MINIMOTOR SA, NOVARTIS, PROSENECTUTE, SANIKEL, SCA HYGIENIC PRODUCTS, SCATOLIFICIO CRISTINA, SCHINDLER, SPINELLI SPA, SUVA, SWISSCOM, UBS, VIAR VALVOLE, VODAFONE

testimonianze

Lorenzo, consulente. Impegnarmi con continuità a comprendere ciò che volevo fare veramente é stato fondamentale per migliorare la mia vita! Il difficile non é ricevere delle risposte, ma é farsi le domande giuste! poche ore al mese di corso per restare con "la domanda" possono essere davvero utili.

Isabella, responsabile call center. È stata veramente una bella esperienza, densa di emozioni particolari e di molte sensazioni fisiche mai provate finora.

Massimo, avvocato. Vivevo una vita molto frenetica e con molti impegni lavorativi. Ho ricevuto l'iscrizione come regalo di compleanno. Non sono mai mancato alle lezioni e il beneficio è evidente: mi sento più positivo in tutti gli ambiti della vita.

Ivo, docente. Sono contento di aver fatto quest'esperienza personale. Grazie a voi e attraverso voi, accompagnato da voi, persone competenti nel consigliare per vivere meglio.

Tiziana, responsabile del personale. Ho partecipato insieme a colleghi di lavoro. Abbiamo compreso meglio le dinamiche di gruppo e il "gioco" dei ruoli, i quali sono in parte cambiati. Il corso è stato un arricchimento.

Roberto, impresario. Sono una persona molto concreta ed esigente, visto che per me il tempo è molto prezioso: questo corso mi è piaciuto. Ho ritrovato motivazione e vitalità.

Ursula, venditrice. Mi sono trovata immediatamente bene e accolta dal gruppo. Nonostante le diversità si respira un ottimo clima. Ho riscoperto l'importanza di fare delle scelte e di mantenere gli impegni nel tempo.

Claudio, manager. Come dirigente di un'azienda ho compreso che uno stile di vita sano è fondamentale. Sono molto soddisfatto di quanto ho intrapreso e motivato a continuare questo allenamento globale.

Anna, consulente. Ho apprezzato il fatto di essere guidata in un percorso di auto-responsabilizzazione. Anche le persone che mi circondano si sono accorte dei miei miglioramenti.

PER MAGGIORI INFORMAZIONI SCRIVI A INFO@ORA.CH