

30-31 AGOSTO 2025

SALA CONFERENZE

BCC VALDOSTANA



RI-COMINCIO DA ME

“Durante queste giornate lavoreremo sulle aree più importanti della tua vita, ponendo particolare attenzione a quelle più d’interesse per Te.

Attraverso gli strumenti della Programmazione Neuro Linguistica e del Coaching acquisirai la consapevolezza di come rendere le tue aree ottimali e la tua vita personale e professionale in equilibrio.”



Alessia Mortilla

Ceo -Trainer e Coach internazionale

Coaching PNL Sport & Benessere

Il corso è introduttivo ai percorsi di formazione, affiancamento e applicazione degli strumenti del coaching e della Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) applicati in ambito personale, sportivo, aziendale e professionale.

Verranno illustrate e applicate praticamente da ciascun partecipante, alcune tra le metodologie e le tecniche su cui è basato il Life e Sport Coaching e sugli strumenti che possono essere utilizzati a livello personale e professionale.



IN PARTICOLARE

- Il Coaching: origini presupposizioni finalità e le sue applicazioni.
- I livelli di apprendimento e di cambiamento personali e professionali.
- Gli strumenti del Coaching per raggiungere i risultati.
- La performance comportamentale e l'importanza delle convinzioni.
- La definizione e la formulazione strutturata degli obiettivi attraverso domande.
- Consapevolezza della propria forza e determinazione.
- Le paure e le emozioni negative: cosa sono, come affrontarle ed eliminarle.
- Strumenti per raggiungere l'equilibrio tra le diverse aree sia in ambito personale, sportivo e professionale.
- Processo di Coaching verso la consapevolezza del ruolo personale e professionale.
- La Performance personale nei ruoli coinvolti.
- Identificazione e superamento dei propri limiti.
- Come migliorare le relazioni attraverso gli strumenti di comunicazione efficace.
- La ruota della vita: creare equilibrio, autostima e serenità nelle proprie aree.

30-31 AGOSTO 2025

SALA CONFERENZE BCC VALDOSTANA

Viale Giuseppe Garibaldi 3

11100 Aosta (AO)



30 AGOSTO 2025

Registrazione dalle ore 9:00-09:25

Inizio ore 09:30

Fine ore 18:00

31 AGOSTO 2025

Inizio ore 09:00

Fine ore 13:00

“Crediamo fortemente nell’importanza di formare non solo i giovani sportivi, ma anche i loro genitori, per costruire una comunità unita e consapevole, guidandoli a sviluppare abilità tecniche e valori fondamentali nella famiglia e nella società”

“Vincenzo Gerbino”

IN COLLABORAZIONE CON:



Per informazioni



+39 327 433 55 13



commerciale@themindinternational.ch
commerciale@themindofthechild.com
www.themindofthechild.com
www.themindinternational.ch