



CONVIERTE LA CRISIS EN LA MEJOR OPORTUNIDAD
PARA ACERCARTE A TUS COLABORADORES



MEDICINA PARA EL ALMA



¿QUÉ CONTIENE?

I

RECONEXIÓN CON TU SABIDURÍA INTERIOR

Ayudará a tomar conciencia de la responsabilidad que tenemos en autogestionar nuestras emociones, nuestro sistema inmunológico y ser un instrumento de calma para nuestras familias y organizaciones.

II

REDUCCIÓN DEL ESTRÉS

A través del mindfulness enseñamos a los participantes a controlar la creación de pensamientos negativos y a reemplazarlos por estados de equilibrio y tranquilidad

III

FORJANDO UNA MENTE DE EXCELENCIA

“Desintoxicar” la mente a través de prácticas de silencio meditativo/creativo, talleres de toma de decisiones, Satsangui regulares de respiración Pranayama, meditaciones guiadas, programas de relajaciones en casa, prácticas de yoga.

IV

POTENCIALIZANDO TU CAPACIDAD CREATIVA

Trabajaremos uno de los efectos más poderosos que trae la meditación, bajar la velocidad de las ondas cerebrales por segundo, de las llamadas ondas beta a las alfa, delta o theta, más propias de estados de relajación profunda o sueño.

V

MANEJO DE LA RESPIRACIÓN

En este módulo nuestro enfoque será regresar a su origen y a realizar prácticas de respiración que le permitan oxigenar adecuadamente sus dos hemisferios cerebrales.

++

CERTIFICACIÓN EN SALUD BIOEMOCIONAL

Conoce a través de que síntomas o enfermedades se reflejan las emociones y pensamientos en tu cuerpo y entiende como poder sanarlos.

+

Diviértete y pasa una jornada increíble desde casa

Módulos netamente on-line a través de plataformas de punta con material entregable y meditaciones guiadas por un Maestro Certificado del Centro Chopra



¿Quién será tu entrenador?

- Escritor y panelista de radio y televisión
- Conferencista y entrenador internacional IMT program, Elite Trainer
- Coach Speaker Team Jhon Maxwell
- New Code Certificated N.P.L.® (Jhon Grinder, USA)
- Técnicas internacionales avanzadas en PNL®
- Entrenador certificado del Chopra Center en técnicas de relajación
- Six Sigma Coach Advance SS Black Belt

- Creador de HypnoCoaching™
- Negociador: Negotiation Harvard Method® Harvard Customer Focus Negotiation Skill
- Coach International InsideOut™ Coach International Ontológico Executive Coach
- Entrenador internacional de Louise Hay Method.
- Creador del método de Rediseño MentalRYM®

Sergio Villamizar

MASTER COACH

