

VOGLIO una vita straordinaria

Corso di Life Coaching



✓ Sei padrone della tua vita? Hai realizzato i tuoi sogni?

Qualunque sia la tua risposta, "Voglio una vita straordinaria" è la strada giusta per trovare nuove energie e urlare: **"Voglio essere io il regista della mia esistenza!"**

I Trainer



Graziano Artese Josè Sergio Santoro

Tu sei OK!

Le risorse per rendere la tua esistenza straordinaria sono già dentro di te, noi ti daremo una mano a scoprirle e a metterle in gioco.

Passione, fiducia in te stesso, strategie, valori, energia, dominio della comunicazione e potere di legare ti permetteranno di dominare il cambiamento e raggiungere i tuoi obiettivi.

"Il segreto del successo sta nell'imparare ad usare il dolore ed il piacere invece di lasciare che il dolore ed il piacere usino te. Se non lo fai tu, sarà la vita a controllarti.

(Anthony Robbins)

"Non essere in guerra con sé stessi, vivere d'amore e d'accordo con sé stessi: allora tutto diventa possibile. Non solo camminare su una fune, ma anche volare". *(Hermann Hesse)*



PNL
LOW COST

è un **ENTE DI FORMAZIONE** che si pone come obiettivo la massima divulgazione delle conoscenze e tecniche di **PNL** e **COACHING**.

I suoi corsi sono adatti a chiunque abbia il desiderio di vivere al meglio la propria vita.

La scelta del **LOW COST** è ispirata dall'idea di rendere accessibili a tutti le migliori strategie e strumenti per la crescita personale.

✓ Quali sono le finalità e gli obiettivi di questo corso?

Potenziare una serie di capacità della persona, eccone alcune:

- ✓ **avere fiducia in sé stessi**
- ✓ **gestire lo stress**
- ✓ **trovare l'energia**
- ✓ **dominare il cambiamento**
- ✓ **raggiungere degli obiettivi**
- ✓ **migliorare le relazioni**
- ✓ **superare momenti difficili**
- ✓ **essere motivati**
- ✓ **prendere decisioni**
- ✓ **gestire le emozioni**
- ✓ **applicare strategie vincenti**
- ✓ **saper comunicare**
- ✓ **raggiungere un equilibrio psico-fisico**

Tutti abbiamo dei sogni e ci piace credere, nel profondo del cuore, che da qualche parte abbiamo una capacità particolare per realizzarli, che possiamo migliorare noi e questo mondo: abbiamo ragione!

Nella vita non ci sono fallimenti, ci sono solo risultati!
(Anthony Robbins)



Ideato e realizzato da *Josè Sergio Santoro e Graziano Artese*, **Voglio una vita straordinaria** prende spunto dalle esperienze stesse dei suoi creatori e attraverso le tecniche dello *Storytelling*, della *PNL* e del *Life Coaching* ti darà l'occasione di essere protagonista di una serie di incontri ed esperienze indimenticabili.

Parole, immagini, musica, divertimento e ottime relazioni saranno i migliori presupposti per godere pienamente l'esperienza, definire obiettivi, trovare risorse e guidare la tua vita dove vuoi.

Al centro della nostra esistenza ci siamo noi e non ci accontentiamo più: **vogliamo il meglio**. Noi lo stiamo facendo, tu puoi farlo con noi.

✓ COME È STRUTTURATO IL CORSO?

VOGLIO
una vita
straordinaria

è un corso di **Life Coaching**
(un percorso su temi e obiettivi legati alla vita,
al benessere, all'esistenza della persona)



È strutturato in

- 8 incontri da 90 minuti
- 1 incontro intensivo di 8 ore
- Per un totale di 20 ore (in circa 2 mesi)
- Si svolgerà in tre città diverse:
 - **VASTO** il **martedì**
 - **TERMOLI** il **mercoledì**
 - **LANCIANO** il **giovedì**
 -
- In ogni città, sarà proposto in 3 orari diversi:
 - **corso A:** dalle 18,30 alle 20,00
 - **corso B:** dalle 20,30 alle 22,00
 - **corso C:** dalle 22,30 alle 24,00



Puoi scegliere la sede e l'orario a te più congeniali ma avrai una possibilità in più: se ne hai bisogno puoi cambiare, all'occorrenza, giorno e sede in qualsiasi momento

Abbiamo programmato il corso **in otto settimane e mezzo** per dare la possibilità ai corsisti di **"attraversare" il cambiamento** e sperimentarlo giorno per giorno.

Un incontro intensivo finale sarà la splendida occasione per incontrarsi tutti e condividere i frutti di questa fantastica esperienza.

È una grande opportunità per dedicarti veramente a te stesso, per capire, progettare, sperimentare come una vita (la tua) può essere straordinaria.



✓ **IL PROGRAMMA GIORNO PER GIORNO**

- Incontro 1: **LE PAROLE CHE GUARISCONO**

Le parole hanno un peso enorme: le parole uccidono, le parole creano, feriscono e guariscono.

Le parole che usi per te e per gli altri sono quelle giuste?
Ti danno energia o sono limitanti?

- Incontro 2: **LA COMUNICAZIONE EFFICACE**

La comunicazione è il connettivo dei legami sociali, esprime la propria identità, è un gioco continuo di segni, parole, corpo, colori.

Il modo in cui comunichi esprime veramente quello che sei?
Ti piacerebbe dominarla e poter esprimere liberamente le tue emozioni?

- Incontro 3: **IL CORPO RAC-CONTA**

Il corpo conta e racconta: racconta storie di vita, pensieri e desideri, felicità e delusioni. È un libro aperto su cui il tempo, le emozioni e le esperienze incidono i loro ricordi.

Che rapporto hai con il tuo corpo? Cosa vedi quando ti specchi?

- Incontro 4: **OBIETTIVI, VALORI, CREDENZE**

Tutte le volte che nella tua vita accade qualcosa il tuo cervello si chiede: Sto provando piacere o dolore? Cosa posso fare per provare piacere e cosa per evitare il dolore?

La risposta a queste due domande è sempre basata su un sistema di credenze: se succede questo allora significa che...

Gli obiettivi li puoi creare, i valori li puoi rispettare, le credenze le puoi smontare e farle diventare potenzianti.

Vuoi provare?

- Incontro 5: **PRINCIPI DI LEADERSHIP**

Se vuoi prendere in mano la tua vita non devi fare altro che diventare leader di te stesso: questo lo puoi imparare.

Preferisci decidere della tua vita o lasciarlo decidere agli altri?

- Incontro 6: **MASCHIO E FEMMINA LI CREÓ**

Due mondi a confronto, capire questa diversità darà una svolta decisiva alle vostre relazioni in famiglia, sul lavoro, nel tempo libero. Vuoi vivere le relazioni senza problemi?

- Incontro 7: **L'ASCOLTO ATTIVO**

L'ascolto attivo è la capacità di saper ascoltare, di controllare il feedback, di saper porre domande per potenziare le relazioni. Pensi di essere ascoltato quando parli?

- Incontro 8: **EQUILIBRIO E RINNOVAMENTO**

Siamo alla continua ricerca di un equilibrio: l'unica vera certezza è "l'incertezza del cambiamento".
C'è armonia ed equilibrio tra tutte le aree della tua vita?
(Salute – partner – passioni – amici - denaro – lavoro)

- Incontro 9: **VADO AL MASSIMO** (full immersion)

Se sei arrivato fino qui ti resta una sola possibilità: andare al massimo! Hai voglia di spostarti da dove sei inchiodato e metterti in gioco? Vuoi urlare con noi: vado al massimo?

**Noi siamo pronti, il nostro team è pronto.
Tu sarai il protagonista del tuo cambiamento,
noi saremo al tuo fianco in questa straordinaria avventura.**



VOGLIO
una vita
straordinaria

Corso di Life Coaching



I TRAINER



Graziano Artese

Fondatore e presidente della PNL LOW COST comincia la sua attività formativa conducendo corsi di gruppo "motivazionali" a cui hanno partecipato centinaia di persone. Ha un approccio formativo "*esperienziale*" con una connotazione "*semplice*", "*pratica*" e "*concreta*".

La sua esperienza lavorativa e la sua passione per la PNL gli hanno offerto la possibilità di conoscere e formarsi con Roberto Re, Lorenzo Mezzadri, Max Formisano e Anthony Robbins.

Ha messo a punto e perfeziona costantemente il metodo "Oss.Val.Á Barra dritta" ideato per aiutare le persone a "*prendere decisioni*" con "*equilibrio e determinazione*".

Il suo motto: "Impara ad ascoltare ed a concentrarti sulle cose che dipendono da te" .



Josè Sergio Santoro

Cofondatore e formatore della PNL LOW COST è laureato in Scienze Psicologiche applicate, è Counselor, Musicista, Regista e Attore teatrale.

Le sue varie passioni ed esperienze lavorative gli hanno permesso una formazione a 360° dove corpo, creatività, parola e conoscenze psicopedagogiche si fondono in capacità comunicative e formative davvero originali.

Ha lavorato come formatore per l'IRRSAE d'Abruzzo, l'ASPIC di Vasto e Pescara, la Team Service di Vasto, la BCC, la casa Editrice Gulliver, la Fism, e tanti altri ancora.

Ha deciso di dedicarsi completamente alla PNL e al COACHING dopo l'incontro con Anthony Robbins (Rimini 2011), un'esperienza che ama definire: "devastante".

Il suo motto: "Comunque vada, sarà un divertimento".

LOCATION E DATE

martedì

20 ottobre
27 ottobre

3 novembre
10 novembre
17 novembre
24 novembre

1 dicembre
11* dicembre (*venerdì)

domenica

13 dicembre
(Full immersion)

PNL
LOW COST

Vasto

VOGLIO
una vita
straordinaria

Corso di Life Coaching



mercoledì

21 ottobre
28 ottobre

4 novembre
11 novembre
18 novembre
25 novembre

2 dicembre
9 dicembre

domenica

13 dicembre
(Full immersion)

PNL
LOW COST

Termoli

VOGLIO
una vita
straordinaria

Corso di Life Coaching



giovedì

22 ottobre
29 ottobre

5 novembre
12 novembre
19 novembre
26 novembre

3 dicembre
10 dicembre

domenica

13 dicembre
(Full immersion)

PNL
LOW COST

Lanciano

VOGLIO
una vita
straordinaria

Corso di Life Coaching



COSTI

VOGLIO
una vita
straordinaria

L'investimento economico richiesto per frequentare il nostro corso è **€ 85,00**.

Compreso il materiale didattico che riceverai durante la frequenza del corso.

La cosa più incredibile è il prezzo, lo sappiamo, ma fa parte della nostra mission: dare a tutti la possibilità di "crescere" e vivere pienamente la propria vita.

Hai anche la possibilità di frequentare il **primo incontro gratis** e poi decidere se iscriverti e continuare il percorso.

È sempre il momento giusto per fare qualcosa per sé stessi.

"La vita non è un problema da risolvere.

È un mistero da vivere" (Soren Kierkegaard)



"Il nostro destino viene plasmato dai nostri pensieri e dalle nostre azioni. Non possiamo cambiare il vento ma possiamo orientare le vele."

(Anthony Robbins)

Orienta le tue vele, adesso! Prenota o iscriviti.



Ti ringraziamo, comunque, per aver letto fino in fondo questa brochure, se sei arrivato fino qui non è un caso.

Ti aspettiamo al corso!

Graziano e Sergio

PNL
LOW COST

www.pnllowcost.it

email: info@pnllowcost.it

cell: 320 5317115