

Sabato 20 aprile 2013

Time Out

Seminario teorico - pratico per imprenditori

Conduce: Mario Longhin

Cosa succede?
I modelli di riferimento, gli schemi di gioco a livello sociale, economico, politico e religioso degli ultimi decenni non rispondono più alle nuove sfide.
Cos'è cambiato?
Dal modello newtoniano siamo entrati in un nuovo paradigma, quello quantistico. Comprendere le nuove regole del gioco è di vitale importanza per restare al passo con i tempi.

Programma:

Il meccanismo dello stress

Gli effetti dello stress sul sistema muscolo-scheletrico e sulla circolazione
Gli effetti dello stress sul sistema nervoso e digestivo
Come lo stress condiziona vitalità e benessere psico-fisico
Come lo stress abbassa il nostro livello di energia vitale
Come lo stress incide sulla salute
Come lo stress influenza l'umore, l'efficienza mentale e le relazioni interpersonali
Come trasformare lo stress in potenziale d'azione - Il segreto della forza mentale
L'importanza di una sana alimentazione: la nutrigenomica
L'importanza di una regolare disciplina fisica: la ginnastica energetica

Il meccanismo dell'importanza

I due tipi di importanza
Come trasformare le abitudini negative in energia positiva, gli ostacoli in opportunità
Come superare gli ostacoli senza sforzo
Come realizzare i propri obiettivi e come non realizzarli mai
L'energia dell'intenzione focalizzata sul fine: il segreto del successo

Crea il tuo futuro!

Scegliere il binario giusto: l'Atteggiamento Mentale Positivo
Il pensiero organizzato
La definizione e la realizzazione dello scopo: le regole del successo
Agire, agire, agire!

9.00 Inizio Seminario

9.00 - 10.15 Il meccanismo dello stress: Teoria ed esercitazioni pratiche
10.15 - 10.30 Break
10.30 - 11.45 Il meccanismo dell'importanza: Teoria ed esercitazioni pratiche
11.45 - 12.00 Break
12.00 - 13.00 Crea il tuo futuro: Teoria ed esercitazioni pratiche

Presso: R.S.A. Santa Maria dei Battuti - Via A. de Pol - Noale VE
Confermare la partecipazione alla segreteria: info@spineyoga.it - tel. +39 348 6912426
Quota di partecipazione €150,00 + Iva (Incluso materiale didattico)

Spine Yoga Center Srl - Viale del Lavoro, 14 - Peraga di Vigonza PD
Tel. +39 3486912426 - www.spineyoga.it - info@spineyoga.it