



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)