

Už Vás nebaví žít se stresem ?
Odpalte jej navždy pryč !
Mentální techniky špičkových
sportovců pro každodenní
použití.



Ing. Michal Ondráček
Garant programu
e-mail: ondracek@koucinkcentrum.cz
tel.: +420 602 711 915



Proč absolvovat tento program:

Program „Zbavte se stresu. Navždy!“ si klade za cíl zlepšit výkon a zdraví jedince skrze pochopení potenciálu naší vrozené vnitřní moudrosti. Místo boje se stresem soustředit své síly na posilování vnitřní stability a odolnosti.

Vzdělávací část tohoto programu byla vyvinuta **Timothy Gallweyem a MUDr. Johnem Hortonem**.

Původně dvoudenní seminář „**Budování vnitřní stability, aneb zvládněte stres metodou Inner Game**“ jsme se rozhodli obohatit o možnost aktivní relaxace v přírodě.

Ve spolupráci s golfovým klubem Sokrates Golf & Country Club, v nádherném prostředí Dražanské vrchoviny, jsme pro golfisty i negolfisty připravili čtyřdenní pobytový, relaxačně - vzdělávací program.

Každý den věnujeme 2x2 hodiny společné vzdělávací části (ráno a večer) a mezi tím mají účastníci možnost sestavit si program dle svých individuálních preferencí.

Každý účastník má na výběr z pěti individuálních variant. Vybraná varianta je pak zahrnuta v ceně programu. Golfový klub všem účastníkům umožní případné rozšíření za velmi výhodných podmínek.

Varianty individuálního programu:

- Nonstop golf, 4 dny volný vstup na hřiště včetně buggy a cvičných míčů.
- Pro-golf, pro tříčlenný fight možnost jedné hry na 18 jamek s golfovým profesionálem, 2 dny volný vstup na hřiště.
- Zdokonalujte svůj golf, 4 x green fee na 9 jamek, 4x individuální/skupinová lekce s trenérem v délce 25 minut, 1x hra s trenérem na 9 jamek.

- Naučte se hrát golf, 12x individuální/skupinová lekce s trenérem v délce 25 minut, 2x green fee na 9 jamek, pro tříčlennou skupinu 1x hra s trenérem na 9 jamek, tréninkové plochy a zapůjčení základního vybavení po dobu celého pobytu.

- Ubytování s plnou penzí pro Váš doprovod.

Navíc pro všechny varianty v ceně sauna, možnost zapůjčení horského kola (1 den) a masáž (1 hod).

Nutno předem rezervovat.

Komu je program především určen:

Každému kdo se rozhodl jednou provždy skoncovat se stresem. Majitelům a manažerům firem, obchodníkům, koučům a personalistům. Všem kteří mají zájem rozšířit své znalosti a dovednosti v této oblasti pro sebe i druhé.

Lektoři:

Jiří Kunčar PCC, Ing. Michal Ondráček

Termíny:

17. - 20.7. 2016 a 14. - 17.8. 2016.

Cena včetně individuálního programu, ubytování a plné penze:

29.600,- Kč bez DPH

Pro další informace, nebo přihlášení kontaktujte:

Ing. Michala Ondráčka

Ředitel The Inner Game International School CR&SK

E-mail: ondracek@koucinkcentrum.cz

GSM: +420 602 711 915

www.inner-game.eu

