

Vid två tillfällen under sensommaren och hösten startar jag nu ”öppen Full Hand”, vilket innebär att du utvecklas på egen hand och får samtidigt ett utbyte med andra som också befinner sig i en utvecklingsfas i livet.

Det går till såhär

Vi träffas alla i gruppen för en gemensam introduktion i programmet och luftar alla dina frågor. Jag delar en grundförståelse i "varför mental träning" och vilken betydelse förhållandet "spänning och prestation" har i våra liv. Du får också en bok och en ljudfil med mental träning med Lars-Eric Uneståhl Ph.D för att så snabbt som möjligt komma igång med din egen träning.

Några dagar härefter får du information om inloggning och registrering i programmet Full Hand för att ta dig igenom Steg 1-3 (av totalt 15) för att få en bra start även i programmet.

Registreringen i Full Hand innebär att du får en sekretessbelagd licens till programmet i vilken du jobbar på egen hand mellan våra workshops.

I våra workshops föreläser/handleder/coachar jag och du får även ett utbyte med andra och kan dela erfarenheter, utmaningar och lära känna nya fantastiska personer som också är där för att de vill utvecklas.

Jag startar två grupper vid två olika tillfällen. Välj det datum som passar dig bäst!

13 september eller 25 oktober

Detta händer

Dag 1, kl. 14.30 Introduktion, 2 h vid 1 tillfälle

Dag 7 Registrering Full Hand (på din dator på den plats där du befinner dig)

Schema för nedan bokas och spikas dag 1

- 3 st workshops, 2½-3 h per tillfälle
- 1 st individuell handledning/coaching, 1,5 h
- 1 st licens Full Hand, 12 månader
- 1 st grundutbildning mental träning, ljudfil
- 1 st bok "Jo, du kan!"

Allt ingår och det kostar: 11900kr exkl. moms (40% rabatt ingår).

Låt ditt företag betala, jag skickar offert.

Vi ska vara i Skåne (troligtvis i Lund eller Helsingborg)



Du får med dig integrerade verktyg för ett tryggt och säkert självledarskap för att bättre hantera och prestera i olika situationer både i jobb och privatliv. Du landar också i en bekväm känsla av trygghet och säkerhet som minskar eventuella stresskänslor. Du får tillgång till "ett fantastiskt program som alla borde gå", som någon så härligt uttryckte det i sin utvärdering!

3 augusti är sista dagen för att boka dig! Samma datum gäller för båda grupperna!

För att du ska få ut så mycket som möjligt i just din utveckling, så begränsar jag till 8 deltagare per tillfälle, så se till att du bokar din plats direkt.

Snabbhetspremie: boka din plats innan 10 juli så inkluderar jag en extra individuell coachingsession 1½ h för dig (värde 2250 kr exkl. moms) 😊

Det finns en **presentationsfilm** om Full Hand (5 min) på youtube, se den gärna:

https://youtu.be/nWjLIOT_89s

Hoppas verkligen att du kan, och att du oavsett hör av dig!

Jag meddelar om du fått en plats så snart alla platser är bokade och allra senast den 10 augusti.

Ha det så skönt i sommarvärmen!

Marita Boström

Mejl: marita@dusolid.se

Telefon: 0762-139942

www.dusolid.se