

Helhetscoachutbildning

Vill du utvecklas som person eller coach? I höst startar vi en unik utbildning i tre steg för dig som vill göra förändringar i ditt liv.

Live It

För dig som vill utvecklas, förändras och uppleva mer glädje. I den här kursen kommer du att fokusera på dig och din utveckling. Du kommer att få kika på dina egna tankar och beteenden, kost, kropp, rörelse, kommunikation och hur du skapar välmående för dig själv. Vi ses totalt 8 tillfällen under hösten: 24-25/8, 28-29/9, 26-27/10, 7-8/12.

Fredagar 17.30-20.00

Lördagar 10.00-15.00

Share It

I den här kursen fokuserar vi på förståelsen av förändring i både dig och andra. Vi summerar och går igenom dina erfarenhet från första kursen. Vi samtalar om hur det är att vara autentisk och vad det innebär. Vi övar oss i vårt lyssnarskap och kroppsspråk. Vi kommer även att testa på coaching. Kurstillfällen: vår 2019.

Teach It

I den här kursen kommer du att få lära dig att coacha andra. Du kommer få konkreta verktyg som du kan använda i mötet med andra. Vi fördjupar oss i alla områden och samtalar mycket om utveckling och förändring utifrån den senaste forskningen och vetenskapen.

Kurstillfällen: höst 2019.

Plats: Träningspuls, WTC

Klarabergsviadukten 70

Pris per modul: 15 400 kr



Marie Segelström

Marie är utbildad hälsocoach, yoga- och meditationslärare, sorgcoach, samt undersköterska. Hon brinner för att hjälpa andra hitta sätt att öka sitt välmående och håller utbildningar, workshops och föreläsningar kring ämnet. Årligen håller hon retreatar både i Sverige och utomlands för att dela med sig av sina kunskaper inom mindfulness, välmående och glädje.

För mer information och anmälan, kontakta Marie på marie.segelstrom@traningspuls.se

Kontakt: Marie Segelström
marie.segelstrom@traningspuls.se
www.traningspuls.se

tränings **puls**