

Dal 9 al 16 Maggio 2010

SHARM EL SHEIK

STAGE DI APNEA E BENESSERE

UNA VACANZA IN CUI RELAX, SPORT E FORMAZIONE SI UNISCONO PER REGALARTI UNA SETTIMANA EMOZIONANTE E DIVERTENTE

**APNEA - YOGA -
MEDITAZIONE -
COMUNICAZIONE -
PNL - PARLARE IN
PUBBLICO -
TECNICHE DI
MEMORIA**

“Il sub si immerge per guardare, l'apneista per guardarsi dentro”

Umberto Pellizzari



MIGLIORA LA TUA VITA, IL TUO FISICO, LA TUA MENTE

Istruttori Apnea Academy e High Consulting hanno creato il primo percorso formativo in cui poter imparare a conoscersi con L'APNEA e usare strategie per migliorare le proprie prestazioni e le proprie relazioni ...

A CHI E' RIVOLTO

- a chi vuole farsi una vacanza ma non rimanere solo sul lettino a prendere il sole
- a chi vuole fare sport e migliorare le proprie performance
- a chi si vuole avvicinare all'apnea (didattica Apnea Academy)
- a chi vuole imparare a gestire i propri stati d'animo
- a chi vuole imparare tecniche di comunicazione
- a chi vuole sviluppare principi di team-building
- all'azienda che vuole premiare il proprio staff

PROGRAMMA:

Saranno affrontati i seguenti argomenti: Tecniche di respirazione, tecniche di rilassamento, apnea assetto costante, apnea assetto variabile, apnea statica e dinamica, meditazione, yoga, strategie per imparare ad usare meglio la propria mente - principi di comunicazione - best performance - tecniche di memoria, strategie di benessere psicofisico. Ogni giorno sessione sui cavi e per i non apneisti discovery apnea. Sarà riservato tempo anche per il RELAX.

INVESTIMENTO

Pacchetto vacanza : 655,00 €

(viaggio,vitto,alloggio)

Pacchetto Stage : 975,00 €

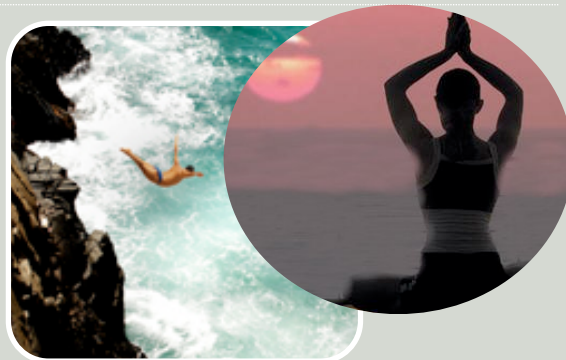
(viaggio,vitto,alloggio,corso apnea discovery, yoga,respirazione,corso di memoria, corso di comunicazione, corso per migliorare le prestazioni)

LOCATION

EDEN VILLAGE CLUB REEF di Sharm El Sheik

I dettagli li trovi :

www.legrandbleu.it
www.matteomaserati.it
www.highconsulting.it



I TRAINER:

Marco Ciccozzi: istruttore Apnea Academy, commercialista esperto di immersioni, yoga e meditazione, Istruttore PADI

Alberto Polito: istruttore Apnea Academy, esperto di respirazione e tecniche di rilassamento

Matteo Maserati: Assistente istruttore Apnea Academy, Consulente e formatore (PNL - MEMORIA - COMUNICAZIONE - VENDITA - BENESSERE - Etc...)

INFO e PRENOTAZIONI

mm@matteomaserati.it