



KarateCoaching® som teambuilding...

Med KarateCoaching® får du en inspirerende, intens og nærværende oplevelse.

Iklædt gi (karatedragt) eller jakkesæt kombineres fysiske øvelser med det faglige fra din hverdag.

KarateCoaching® tager udgangspunkt i grundværdierne fra karate, der blandt andet omfatter: Søg den perfekte karakter, tro på det du gør, respekter andre, vær høflig, vær ikke voldelig i din optræden mv. Disse værdier sammenflettes med din virksomheds værdier, din adfærd og daglige udfordringer. Vi perspektiverer dette over til "De 5 Do'er" som er en mental tilgang, bevidsthed om mål, håndtering af forhindringer og at man kan hvad man vil, konsekvenserne taget i betragtning.

Med KarateCoaching® får du:

- en sjov og uforglemmelig dag med dine kolleger
- Introduktion til karatens værdier og teknikker
- Fokus på dine mål og hvordan du kan nå dem
- Forståelse for mental styrke og håndtering af udfordringer
- Øvelser som flytter dig fra A til B
- Værktøjer som du kan bruge til at være mentalt klar til din dagligdag

KarateCoaching® er for alle som ønsker at have en sjov dag med en perspektivering til hverdagens udfordringer i forhold til fokus og mental tilgang. Forløbet tilrettelægges og aftales nærmere i forhold til, hvad der passer dig bedst.

Kontakt Søren Larsen på 20892369 eller sl@karatecoaching.dk

KarateCoaching® er et registreret varemærke og ejes af RESMA (Ressource Management). Vi leverer Personal Embedding, Business Development og Karatecoaching®. Vi har fokus på adfærd og mental styrkelse af ressourcer, som har direkte eller indirekte kontakt med deres kunder, samt ressourcer som har behov for udvikling af roller, rolleforståelse og effektivitet. Vi skaber fokus og effektivitet

RESMA ejes af Søren Larsen der har 25 års erfaring fra erhvervslivet. Søren Larsen er desuden Sensei for en af Danmarks største Karate klubber, samt medlem af Shihankai (teknisk råd) i JKA Danmark (Japanese Karate Association).

- Disciplin
- Fokus
- Effektivitet
- Relation
- Samarbejde
- Trivsel
- Grounding

"De 5 Do'er"

Mentalt klar

Bevidst

Ydmyg

Målrettet

Indtag Rummet

