

# GOLF CLUB CASTEL CONTURBIA



**S A B A T O**

25 Ottobre 2014

registrazione  
ore 16.30

inizio  
ore 17.00

fine  
ore 20.00

**INGRESSO CON  
APERICENA 15 €  
POSTI LIMITATI**

**A.D.M.**  
Associazione dei Miglioramenti



*in collaborazione con*



*presenta*

## **COME USARE IL NOSTRO CERVELLO NELLO SPORT E NELLA VITA**

seminario pratico su come utilizzare  
meglio le nostre risorse mentali per  
aumentare le performance

*tenuto da*

**Giovanni Sebastiano Cozza**  
Counselor & Mental Coach

Alcuni dei temi trattati:

- Come migliorare autostima
- Come cambiare abitudini dannose
- Come cambiare le proprie convinzioni limitanti
- Come migliorare i propri stati d'animo
- Come costruire le proprie risorse personali
- Come vincere le proprie paure / ansie

I partecipanti riceveranno un voucher del  
valore di 240 €.

prenotazione obbligatoria  
presso la segreteria.

**0322 832093**

**[info@golfclubcastelconturbia.it](mailto:info@golfclubcastelconturbia.it)**

