

# 自分を磨く！コーチングセミナー第2弾！

みなさん、コーチングってご存知ですか？  
 コーチングは、なりたい自分や目指したい目標を明確にし、それを手に入れるための行動計画を立てて実践していくための手法です。  
 自分の夢や希望を形にするためには、まずは「動く！」そのためには、何をいつどのように・・・と的確な計画を立てていくことが必要です。  
 今回は、2018年を価値ある1年にするために、まずはコーチングに触れて自分自身との対話を楽しんでみるころから始めてみませんか？  
 個別のコーチングを希望される方は、このセミナーを受けると割引価格でコーチングセッションを受けることが可能です。

## ① 「2018年の目標設定 ～なりたい自分の目標とは？～」

【日時】 2018年1月6日(土)  
 13:00～15:00  
 【講師】 梅本道代  
 (ホールシステムコーチング認定コーチ)  
 【料金】 3,240円 (税込)



## ② 「自分の強みを知るストレングスファインダーとは？」

【日時】 2018年1月6日(土)  
 15:30～17:00  
 【講師】 尾陰由美子 (Gallup社認定  
 ストレングスファインダーコーチ)  
 【料金】 3,240円 (税込)



\*当日のお支払は、540円追加となります。  
 \*キャンセルの場合は、返金できませんので代理の方を立てられることをお勧めします。

## ☆ パーソナルコーチング

希望の日時、時間を第3希望までご連絡ください。  
 コーチングセッションは、対面、Skypeなどで対応が可能ですので、遠方の方も遠慮なくお申込みください。セッション料金は、下記をご覧ください。

60分間の金額	尾陰由美子	梅本道代
メンバー セミナー受講者	12,960円 <b>10,368円</b>	10,800円 <b>8,640円</b>
一般 セミナー受講者	15,120円 <b>12,096円</b>	12,960円 <b>10,368円</b>

詳細は、右記ホームページをご参照ください。 <http://www.five-f.jp/price/>  
 ◆なお、セミナーお申込みの方にはパーソナルコーチングセッション料金を  
**20%OFF**で受けていただけます。

### 「2018年の目標設定 ～なりたい自分の目標とは?～」

①

目標が明確になると、それを叶える為の行動が明確になります。  
『2018年何を実現したいか?』『2018年の漠然としたやりたいこと  
をはっきりさせて動きたい!』という方、目標を定めて、実行できる行動  
計画を立てていきます。このセミナーを2018年のスタートにしましょう。

### 「自分の強みを知るストレングスファインダーとは?」

②

アメリカの世論調査と組織コンサルティングのギャラップ社が開発した“才能の傾向性”を測るツール『ストレングスファインダー』を使ってのセミナーです。  
事前にWebでテストを受け、自分の強み (Top5)を出した上でのセミナー参加となります。自分の強みを知り、それを自分の仕事や人間関係、人生に活かしていくコツを学びます。

### 「自分の強みを知るストレングスファインダーとは?」講座を受講される方へ ストレングスファインダーWEBテストの方法

#### ① 直接Webで受ける場合

<https://www.gallupstrengthscenter.com/Purchase/ja-JP/Index/>

- ・ トップ5だけでいい場合は、15 \$
- ・ すでにトップ5を出していて、6～34までを知りたい場合は、74 \$
- ・ 1～34までのすべてを知りたい場合は、89 \$

**G** GALLUP 認定  
Strengths Coach

#### ② 本を購入する場合

「自分の才能に目覚めよう!」という本(写真右)を買うと、IDがついているのでトップ5までを知ることが可能です。

- ◆ トップ5がわかったら、1月5日までに下記のアドレスに  
トップ5をご連絡ください。事前にリーディングをさせていただきます。

info@karadanomanabiya.com



### お問い合わせ先・お申し込み方法 (お支払方法により異なります)

からだの学舎Re-fitのHP、又は、TELにてお申し込み下さい。

<銀行振込> 池田泉州銀行 もず支店 普通 : 3019962

有限会社アクトスペース企画

■ 電話 ☎072-260-4085

■ HP <http://karadanomanabiya.com/reservation/>