

行動に起こせる `目標` を立てよう！

からだの学舎

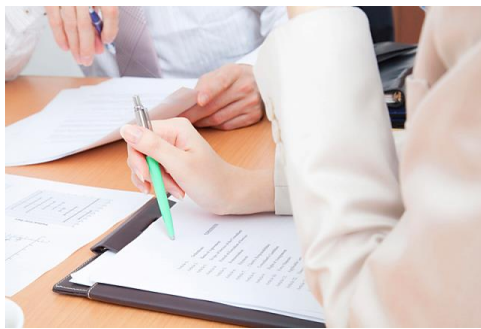
Re-fit
Karada no Manabiya



目標設定セミナー

- `目標を「立てる」ことがゴールになっている`
- `目標を立てて「やるぞ！」と意気込んでも3日坊主`
- `自分の目標が何なのか？よく分かっていない`

私も以前はそうでした。それには原因があるのです
それは・・・「目標の立て方」この「目標の立て方」を
理解すると、行動に起こせる目標を立てることができます。
2時間かけて、自分のやりたいこと、夢の整理をして
具体的な行動計画を立てましょう。



【日時】2019年3月16日（土）13:30～15:30

【担当】梅本道代（国際コーチ連盟（ICF）
アソシエイト・サーティファイド・コーチ（ACC）

【受講料（税込）】※当日支払いの場合は+540円です。
一般 5,400円 / メンバー 4,860円

【定員】10名（少人数で行います）

〈振込先〉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

【お申し込み先】からだの学舎Re-fit ☎072-260-4085
（月9:30～18:00／火・水・木12:00～19:00／金9:30～16:00）
✉info@karadanomanabiya.com



📄梅本道代のコーチングの詳細は下記をクリックして頂けると
ご覧になれます。

<https://umemotomichiyo.com/lp/coaching/>