**ADJUCABLE AB**

Mental Coaching

Individuellt arbete tillsammans med oss eller som en fantastisk minnesvärd föreläsning för arbetslaget/teamet

Då och då i livet så ställs vi inför utmaningar där vi kan behöva hjälp för att nå våra tänkta resultat. Det kan handla om att prestationsmässigt vara på topp vid ett speciellt tillfälle, att hitta rätt fokus för en uppgift eller helt enkelt hitta motivation för att ta tag i någonting.

Det är nu över 20 år sedan vi började jobba med Mental Coaching/Träning och under denna tid har vi hjälpt många idrottare att ”pika” och prestera vid rätt tillfälle. Att hjälpa dem att nå de där höjderna de inte trott var möjligt.

Vi har också haft förmånen och förtroendet att få vara med i processen där människor tagit tag i olika livssituationer, hjälpt dem att ändra och sätta fokus där fokus ska vara och vi har delat deras glädje när de har hittat och nått sina uppsatta mål.

Våra kunder inom detta område är idag allt från elitidrottare, motionärer som vill nå bättre resultat, till människor som i sin vardag eller sitt arbete vill utveckla sitt fokus och må bättre.

Vi jobbar idag både individuellt och med gruppaktiviteter för exempelvis idrottsklubbar, privatpersoner och företag och Landslag.

Det kanske är dags för Dig att ta tag i någonting viktigt i Ditt liv?

Välkommen att ta en kontakt så pratar vi mer om hur vi kan hjälpa Dig eller Er att nå Dina/Era mål.