

OTTIMIZZAZIONE DEL TEMPO:
CONSIGLI PRATICI



Panoramica del corso: il corso intende offrire strumenti e metodi pratici di pianificazione, programmazione e ottimizzazione del tempo, per evitare che la vita lavorativa e personale siano costantemente sopraffatte dalla sensazione di avere troppe cose da fare e troppo poco tempo a disposizione.

Vi avvertiamo... non potrete più dire “Non ho tempo”!!!

La Form-Azione, fortemente interattiva, sarà sia teorica che pratica. In che senso? Si alterneranno nozioni teoriche ad esercizi pratici che verranno effettuati proprio sul campo da padel, nella convinzione che la vera comprensione dei concetti teorici avviene soprattutto attraverso l’esperienza diretta e pratica nella vita di tutti i giorni, nel qui ed ora.

Durata: 8 ore (1 giornata di formazione full immersion)

Destinatari: tutti coloro che vogliono acquisire un modello e degli strumenti pratici di time management per rendere più produttivo il proprio tempo e ottimizzare le proprie energie, con l’obiettivo di apprendere l’arte della gestione del tempo.

Partecipanti: il corso prevede un numero minimo di 6 partecipanti e potrà ospitarne un massimo di 12.

Requisiti: voglia di imparare, di mettersi in gioco e.....di giocare a padel!

Gli obiettivi del corso:

- imparare a pianificare e programmare
- imparare a organizzare il lavoro nel medio e lungo termine
- migliorare la capacità di time management
- ridurre lo stress e l'ansia da prestazione

Attestato di partecipazione: verrà rilasciato un Attestato di frequenza a tutti i partecipanti che abbiano frequentato almeno il 75% delle ore previste.

Quota di iscrizione per singolo discente: € 500

Costo aziendale per l'attivazione del corso: € 2500

Grazie per l'attenzione!



Emanuele Pecora
pecora@ilsimposio.eu
Tel 06/90213631