

JAK NAUCZYĆ SWÓJ ZESPÓŁ PANOWAĆ NAD STRESEM W TRUDNYCH SYTUACJACH?

autorskie szkolenie ze snookera - gdzie strategiczne myślenie i kontrola emocji stają się praktycznymi umiejętnościami



grandframes.pl

DLACZEGO WARTO?

- ✓ **Praktyczne podejście do redukcji stresu** – Uczestnicy nie tylko poznają techniki relaksacyjne, ale natychmiast testują je w rzeczywistych warunkach stresowych przy stole snookerowym - symulując presję deadline'ów czy trudnych negocjacji. Każde ćwiczenie ma bezpośrednie przełożenie na sytuacje biznesowe.
- ✓ **Nauka koncentracji w działaniu** – Poprzez serię specjalnie zaprojektowanych gier i wyzwań snookerowych, uczestnicy rozwijają umiejętność utrzymania skupienia pomimo dystraktorów - dokładnie takich, jakie napotykają w pracy (hałas, presja czasu, wielozadaniowość).
- ✓ **Mobilność dostosowana do potrzeb klienta** – Oferujemy kompleksową organizację w profesjonalnych klubach w miastach w całej Polsce lub przywozimy stoły snookerowe do siedziby firmy czy innego lokalu.
- ✓ **Doświadczeni trenerzy łączący świat sportu i biznesu** – Nasza kadra to certyfikowani instruktorzy snookera z zapleczem pracy w wielkich korporacjach, znający ich realia od środka.

GRUPA DOCELOWA

- ➔ firmy z branż wysokiego stresu (finanse, prawo, IT)
- ➔ menadżerowie i liderzy zespołów
- ➔ zespoły projektowe przed ważnymi deadline'ami

CELE SZKOLENIA

- 🎯 Uczestnicy nauczą się rozpoznawać fizyczne symptomy stresu i stosować techniki oddechowe oraz wizualizacyjne, które **pozwalają zachować zimną krew** przy stole, jak i podczas ważnych prezentacji biznesowych.
- 🎯 Poprzez serię progresywnych ćwiczeń snookerowych, uczestnicy **wypracują zdolność do głębokiego skupienia, eliminowania rozpraszaczy i utrzymania uwagi przez dłuższy czas** - kluczową kompetencję w erze cyfrowych rozpraszaczy.
- 🎯 Specjalnie zaprojektowane symulacje **uczą adaptacji do zmieniających się warunków** i pokazują, jak zamieniać stres w mobilizację.
- 🎯 Wspólna analiza strategii, udzielanie sobie feedbacku i celebrowanie postępów, **stworzą trwałe więzi zespołowe**.

ELEMENTY PAKIETU

PODSTAWOWY:

- ❖ 4-godzinne warsztaty praktyczne (2 - 12 osób)
- ❖ Wynajem lokalu snookerowego
- ❖ Profesjonalny sprzęt (stoły, kije, bile)
- ❖ Materiały szkoleniowe (karty technik antystresowych)

PREMIUM (PODSTAWOWY + DODATKI):

- ❖ Catering dopasowany do charakteru wydarzenia
- ❖ Film pamiątkowy – gotowy do opublikowania na Social Media

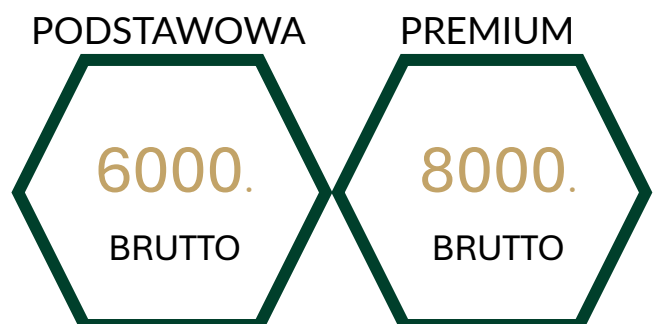
LOKALIZACJA

- 📍 W klubach snookerowo-bilardowych w całej Polsce
- 📍 W Twoim biurze
- 📍 W hotelach konferencyjnych

CZAS TRWANIA

4 GODZINY (możliwość rozbicia na moduły)

INWESTYCJA



PYTANIA?

@ KONTAKT@GRANDFRAMES.PL

☎ 790 313 878