

BODY

MIND

SOUL

MENTORIA

LIDERANCA REGENERATIVA

PESSOAL

SANKALPA COACHING

O QUE TE OFERECE

ASSUMIRES A LIDERANÇA DA TUA VIDA

UM PROGRAMA DE 8 SEMANAS NO QUAL VAIS TRABALHAR A TUA REGENERAÇÃO PESSOAL PARA ASSUMIRES A LIDERANÇA DOS TEUS DIAS E DA TUA VIDA, COM UMA INTENÇÃO. A TUA!

PARA SERES LIVRE PARA SERES TU MESMO(A).

BODY

MIND

SOUL

CORPO & VITALIDADE MENTE & CONFIANÇA

O NOSSO CORPO É A NOSSA RAIZ.
MERECE ESTAR FORTE E COM VITALIDADE.

A NOSSA MENTE CONTROLA QUEM SOMOS.
MERECE ESTAR TRANQUILA E POSITIVA.

QUEM SOU? QUEM QUERO SER?

ONDE TE ENCONTRAS NESTE MOMENTO?
QUAL A JORNADA QUE QUERES SEGUIR?

TU ÉS O/A RESPONSÁVEL PELAS TUAS
PRÓPRIAS ESCOLHAS, PELO RUMO DA TUA
VIDA. POR TUDO AQUILO QUE QUERES
ALCANÇAR. POR QUEM QUERES SER.

BODY

MIND

SOUL

TRANSFORMAÇÃO

TRABALHO & FOCUS AMOR & PAIXÃO

O TRABALHO DEVE ALINHAR COM O TEU PROPÓSITO E SER FONTE DE SATISFAÇÃO. MERECES FOCAR NAS TUAS PRIORIDADES.

O AMOR COMEÇA EM TI PRIMEIRO E DEPOIS PARA OS OUTROS. MERECES AMAR E SER AMADO(A).

ALEGRIA

ALEGRIA & RELAÇÕES ALMA & PAZ INTERIOR

A ALEGRIA DEVE SER DE DENTRO PARA FORA.
MERECE VIVER COM UM SORRISO.

A ALMA DEVE ESTAR SERENA E TRANQUILA.
MERECE UMA PAZ INTERIOR E LIBERDADE.

BODY

MIND

SOUL

O QUE INCLUI

8 SEMANAS DE COACHING & MENTORIA INDIVIDUAIS

- . 1 Sessão Semanal de acompanhamento individual de 1 hora (online ou presencial);
- . Praticas e ferramentas para cada uma das esferas que vamos trabalhar de forma holística;
- . Acompanhamento mensal após as 8 semanas (2 sessões de 80 minutos a agendar);
- . 12% de desconto nas restantes sessões (opcional).

BODY

MIND

SOUL

DÁ O 1º PASSO

**QUERES SER O(A) LIDER DA
TUA VIDA E DOS TEUS DIAS OU
QUE OUTROS DECIDAM POR TI?**

Valor total (pagamento único): 440,00 euros + IVA*

Valor por semana: 72,00 euros + IVA*

Contacto: **sandra.matos@sankalpa-coach.com**

**Pagamentos devem ser feitos até ao início da jornada ou de cada etapa.*

BODY

MIND

SOUL