

MOMENTUM

Stages de coaching en Camargue



Un programme de coaching inédit

Nés d'une collaboration entre Guillaume Pomes, champion de ski nautique et coach sportif, et Catherine Malicet, coach de vie spécialiste des lois du succès, les stages MOMENTUM s'inscrivent dans une démarche globale corps-esprit en proposant un double accompagnement :

- ◇ **un coaching sportif** pour découvrir de nouvelles sensations et dépasser ses limites
- ◇ **un coaching personnel** pour aller à la rencontre de soi-même et reprendre la maîtrise de sa vie

Les activités

Les stages sont conçus sur 5 jours, proposant un séjour clé en main, et comportent:

- * **Sports de glisse** : ski nautique et wakeboard (paddle et/ou surf selon météo)
- * **Coaching de vie** : en groupe et en individuel
- * **Conseils et services** : nutrition, massages, préparation physique à l'exercice
- * **Animations en soirée** : dégustations, restaurants typiques, soirées sur plage

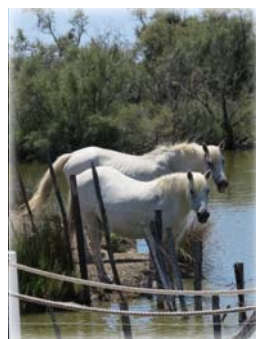


Les objectifs

- ✓ Prendre soin de soi et de son corps
- ✓ Découvrir ou perfectionner ses techniques de glisse
- ✓ Donner le meilleur de soi-même et relever de nouveaux défis
- ✓ Prendre du recul pour faire un bilan de vie
- ✓ Développer la confiance en soi, retrouver sa flamme intérieure
- ✓ Bénéficier d'un coaching personnalisé pour entrer dans une nouvelle dynamique

Pour qui ?

- Débutants ou passionnés de glisse en quête de nouvelles expériences
- Personnes souhaitant découvrir le développement personnel ou prolonger leur démarche
- Personnes à la recherche de vacances sur-mesure à sensations garanties
- Personnes souhaitant rencontrer des participants aux profils et attentes similaires au cours de séjours à thèmes (skieurs professionnels, dirigeants, chefs d'entreprise, célibataires...)



Les coachs



Guillaume Pomes

Passionné de glisse, sportif de haut niveau (Triple Champion d'Europe de ski nautique, Vice champion de France de wakeboard, finaliste wakeboard des championnats du monde/Espoir jeune en ski Alpin), Guillaume a 20 ans d'expérience comme coach sportif, notamment en tant qu'entraîneur de l'équipe de France de wakeboard et du Snowboard Club de Méribel.

Son objectif : partager des sensations fortes



Catherine Malicet

Coach de vie individuel et de groupe depuis 5 ans, certifiée, formatrice et conférencière.

Catherine, qui a 15 ans de pratique en ski nautique, propose des stages de coaching intuitif à Paris et dans toute la France.

Son objectif : partager l'envie de prendre sa vie en main pour concrétiser ses rêves.

Informations pratiques

Les stages se déroulent en Camargue du lundi au vendredi.

Tarifs à partir de 1700 € tout inclus.

Voir les prochaines dates ainsi que le détail des formules sur <http://momentum-stages.blogspot.fr/>

Contact : 06 16 12 65 39
momentum.stages@gmail.com