

Make the Most of your Stay

Living the Life you Desire

¿Qué es el COACHING con PNL?

La meta del Coaching es la realización de tus objetivos personales o profesionales a través de la toma de conciencia de que tú eres el protagonista de tu propia vida. En un plazo de tiempo más corto de lo normal el Coaching te ayuda a sacar a la luz lo mejor de ti mismo activando tus recursos innatos. Actuando en la autoconciencia y en el sentido de efectividad, garantiza la expresión de tu potencial personal, algo prácticamente ilimitado, ayudándote a aprender cómo transformar un problema en una ventaja o a cambiar cualquier cosa en tu vida.

Entre los beneficios que el Coaching te proporciona hay una mayor conciencia y un mejor conocimiento de ti mismo, así como el uso eficaz de las emociones y la gestión del estrés. Representa la herramienta más eficaz tanto para empresas como para todas las personas que quieran conseguir sus metas personales y activar su potencial.

El Coaching de última generación se basa en la utilización práctica de una calidad particular de informaciones que derivan del estudio de la excelencia, conocido como Programación Neuro-Lingüística (PNL), una herramienta extraordinaria para ayudarte a conseguir resultados mejores y una nueva confianza en ti mismo y tus acciones.

En una palabra el Coaching es confianza en ti mismo, es libertad... la libertad de saber que, si quieres, puedes darte a ti y a los demás, lo mejor de ti mismo, siempre.

¿Cómo el Coaching PNL puede cambiar tu vida?

El Coaching es una dinámica potenciadora que se desarrolla a través de un sistema de preguntas que ayudan a encontrar con mayor rapidez y facilidad las soluciones que buscamos y que están presentes en la parte más profunda de cada uno de nosotros. Todos ya tenemos las respuestas a todos los problemas y retos en la vida, el Coach conoce las preguntas.

Actuando en la autoconciencia y en el sentido de efectividad, este proceso ayuda la expresión del ilimitado potencial personal, ayudando a aprender cómo transformar un problema en un recurso y a crear bienestar en todos los ámbitos de nuestra vida. El Coaching devela el porqué una persona hace lo que hace y cuál es el origen de sus acciones. Gracias a un mayor conocimiento de uno mismo, de las emociones que experimentamos y de lo que sentimos en nuestro interior, nos podemos encaminar con coraje y pasión hacia nuestros proyectos y sueños más felices, con una nueva confianza en nosotros mismos. Con esta confianza viviremos experiencias que ni hubiéramos imaginado, libres de decidir la forma en que queremos vivir la vida y ser quien queremos ser.

Para alcanzar nuestro potencial como seres humanos necesitamos tener acceso al campo de las posibilidades ilimitadas, de la potencialidad pura. En este campo tenemos la oportunidad de experimentar lo que valemos; es aquí que estableciendo de forma concreta nuestros objetivos, lo no manifiesto se materializa, y lo invisible se convierte en un nuevo éxito. Los líderes, las personas que hacen la diferencia y que representan un ejemplo para los demás, son los que comprenden las fuerzas invisibles que plasman nuestra existencia y que saben cómo manejarlas. Esas fuerzas solo se pueden liberar cuando actuamos con una conciencia más expandida y están activadas por la voluntad y las decisiones de uno a favor de un proyecto común.

La experiencia de la identidad individual o "auto-referencia", significa que el punto de referencia es el poder personal, la conciencia, y no los objetos de la experiencia. El resultado es un cambio de percepción, una nueva visión de la realidad, con la cual cambia toda forma de pensar. Esta nueva perspectiva atrae de forma automática todos los requisitos necesarios a la superación de los viejos límites.

El Coach es un amigo, un guía, una persona que ha pasado por el mismo camino en lo que están pasando otros; ha experimentado problemas y retos y ha aprendido como enfrentarlos. Un amigo que nos asiste en el desenvolvimiento de nuestras metas, ayudándonos a enfocarnos en lo bueno y a dedicarnos con toda la energía a lo que realmente es importante para nosotros.

La Programación Neuro-Lingüística se basa en la utilización práctica de las informaciones que derivan del estudio de la Excelencia. Representa una herramienta extraordinaria para ayudar a conseguir la efectividad y mejores resultados mejores. La PNL es una metodología de desarrollo personal creada al inicio de los años '70 por Richard Bandler (matemático, psicólogo y experto en informática) y John Grinder (lingüista), y gracias a la contribución de otros científicos, entre ellos Gregory Bateson. Según los creadores de esta metodología se trata de un modelo práctico capaz de facilitar el cambio a través de un conjunto de técnicas y herramientas relativas a la comunicación, percepción y experiencia subjetiva. Los fundamentos más importantes de la PNL son: las creencias personales, la sintaxis mental y la fisiología.

La PNL enseña cómo desarrollar respuestas/reacciones de éxito, amplificando los comportamientos potenciadores/eficaces y disminuyendo aquellos limitadores/ indeseables. El cambio puede suceder al aplicar comportamientos y creencias de personas de éxito (Modeling). La PNL afirma que las personas, dentro de si mismas, ya poseen todos los recursos para conseguir el éxito.

Mejorando nuestra forma de comunicar y descubriendo nuestros valores y creencias, nuestras decisiones y acciones serán más productivas, fluidas y orientadas, con seguridad hacia el éxito.

"El origen de la excelencia consiste en ser consciente que nuestras creencias son una elección." Anthony Robbins

BIO Fancesco Vilitz

Personal Trainer - NLP Coach

Certificado en Coaching con Código Nuevo de PNL por John Grinder

Ámbitos de competencia:

- * LIFE COACHING
- * COACHING DEL DEPORTE
- * METACOACHING (Sesiones en meditación)

He nacido en la ciudad de Genova, en Italia, y ya desde pequeño expreso mi pasión por el deporte dedicando la mayoría de mi tiempo al aprendizaje de varias disciplinas. A los diez años empiezo por primera vez con la actividad agonística. Mi entusiasmo por la actividad física se convierte más tarde en interés para la enseñanza y obtengo la licenciatura ISEF (Istituto Superiore di Educazione Fisica) en la Universidad de Torino.

Después de las primeras experiencias al final de los años noventa como monitor deportivo y animador turístico, entro en el mundo del Fitness a través de la natación y de las actividades low impact, hasta llegar al entrenamiento personalizado y certificarme como monitor de Spinning con el método original de Johnny G.

En aquellos años organizo una serie de vacaciones de bienestar, en el Caribe en crucero y en Cerdeña en un hotel exclusivo. Pronto el entrenamiento personalizado se convierte en el enfoque de mi actividad profesional y desde luego lo que aún me regala las mayores satisfacciones.

El objetivo de satisfacer a las necesidades personales de cada alumno se convierte en una oportunidad para mejorar constantemente mi preparación. Con esta filosofía empiezo a enfocar mi energía en el Desarrollo Personal y en el Yoga. Mis nuevas pasiones me llevan a tomar seminarios en Italia, Inglaterra, Mónaco, Estados Unidos e India, donde tengo la gran oportunidad de aprender cosas nuevas y de gran valor gracias a algunos de los formadores más importantes a nivel mundial, entre todos Anthony Robbins, Roy Martina, Deepak Chopra, John Grinder, Fabio Marchesi, Eckhart Tolle.

Junto con mis experiencias aumentan las oportunidades profesionales hasta las colaboraciones como monitor y Personal Trainer en varios clubes en Italia y en los dos hoteles más exclusivos de Porto Cervo–Costa Smeralda. Desde el 2007 en la temporada de verano imparto clases particulares y de grupo en la isla de Formentera (Balears-España).

En el 2009 consigo la certificación en Coaching con Código Nuevo de PNL y desarrollo el programa WINYOGA, el innovador programa para el bienestar integral. En el mismo año creo WONDERFULIFE, el nuevo proyecto dedicado a la salud y a la formación a través de una gama de servicios y actividades enfocadas en el desarrollo del potencial humano para mejorar la calidad de vida del individuo.

Mis programas formativos están representados por:

- * **BE YOURSELF** Retiro/Vacaciones de Bienestar en lugares de ensueño en contacto con la naturaleza con sesiones de WinYoga y seminarios monotemáticos.
- * **THE SPIRIT OF LIFE** El seminario sobre la Física Cuántica y la Programación Neuro-Lingüística.
- * **WINYOGA** El nuevo método de entrenamiento físico y emocional que une Yoga, Fitness funcional y posturales y la PNL.

Tengo colaboraciones como free lance con clientes particulares, clubes de Fitness, centros de Yoga y asociaciones culturales. Doy conferencias, seminarios y talleres entre Italia, México y España. Hablo italiano, español e inglés.

Mi objetivo es mejorar la calidad de vida de las personas.

Formación:

- * Curso de Coaching con Código Nuevo de PNL con John Grinder. Sitges, 23-28 de marzo 2009.
- * Curso para Emprendedores BarcelonActiva. Barcelona, abril-mayo 08.
- * Retiro de Ashtanga Vinyasa Yoga con Lino Miele. Kovalam (India), 6 de enero 07-1 de febrero 08
- * Seminario de Desarrollo Personal y PNL "Date With Destiny" con Anthony Robbins. Phoenix - Arizona (USA), 7-12 de diciembre 07
- * Retiro de Meditación Vipassana. Ibiza, 16-23 de noviembre 07
- * Seminario de Fisionómica, Psicosomática y Semiótica con Michele Trivulzio. Roma, 6 de octubre 07
- * Curso de Ashtanga Vinyasa Yoga con Lino Miele. Milano, 13-14-15 de abril 07
- * Seminario "La Coppia Illuminata" con Fabio Marchesi. Torino, 25 de marzo 07
- * Curso de Ashtanga Vinyasa Yoga con Lino Miele. Roma, 9-10-11 de marzo 07
- * Curso "Técnicas de Memoria y Lectura Rápida" con Matteo Salvo. Torino, 2-3-4 de abril y 6 de mayo 07
- * "One Day Seminar", Desarrollo Personal con Roberto Re. Torino, 14 de noviembre 06
- * Seminario "Unleash the Power Within". Desarrollo Personal y PNL con Anthony Robbins. London, 29 de septiembre-2 de octubre 06
- * Seminario "Spirituality in Action" con Roy Martina. Torino, 4-5 de noviembre 06
- * "Teacher's Day", curso de Power Yoga-Pilates-Musculación con Roberto Bocchi y Laura Cristina. Torino, 24 de septiembre 06
- * Conferencias "Psicología Subliminal" con Raffaele Sammarco y "Elaboración Emocional" con Nader Butto. Torino, 27-28 de Mayo 06



- * Seminarios “The Yoga of Eating” y “The Yoga of Freedom” con Charles Eisenstein. Montecarlo, 13 de mayo 06
- * Curso de Taj Ji con Marco Insa. Milanere (Torino), 25 de abril 06
- * “Spiritual & Emotional Weekend” con Deepak Chopra y Roy Martina. Roma, 6-9 de abril 06
- * Seminario “Meditación y Relaciones” con Leela. Osho Center Chiavari (Genova). 25-26 de marzo 06
- * Curso “Body-Mirror Healing System” de Martin Brofman, con Rossella Panigatti. Vetan (Aosta), 2-5 de junio 05.
- * Serie de conferencias “Sanar a Través de la Energía”. Torino, ediciones 03-04-06.
- * Reiki primer nivel, Método Usui con Marco Casazza. Torino, 11-12 de abril 98.

General Specifications

- * Sesiones de: 60 y 90 minutos
- * Idiomas disponibles: inglés, español e italiano.
- * A domicilio, en tu oficina o via Internet.

Si estás interesado en cómo hacer tu vida fenomenal contac@meetpoint.com.mx para agendar tu sesión de coaching.

WE KEEP IT SIMPLE