

Szkolenie online

Od Amatora do Legendy

Mateusz Brela



Przejmij odpowiedzialność za swoją karierę sportową i sięgaj po więcej

Program "Od Amatora do Legendy", to 10 nagrań treningu mentalnego online, w których krok po kroku przeprowadzę Cię przez najważniejsze aspekty treningu mentalnego, abyś mógł zrealizować pełnię swojego sportowego - i życiowego - potencjału

Co da Ci ten program?

- Poczujesz, że masz wpływ na swoją karierę sportową, bo będziesz budować konkretne umiejętności, które wykorzystasz na boisku.
- Zachowasz zimną krew na zawodach, bo nauczysz się radzić sobie z lękiem, złością, obawami.
- Przestaniesz błędzić myślami podczas treningów i meczy, co skutkowało błędami na boisku, bo nauczysz się koncentrować uwagę na tu i teraz.
- Porażki nie będą Cię definiować, bo wiesz, kim jesteś, co jest dla Ciebie i do czego zmierzasz.

Ten program jest dla Ciebie, jeśli:

- Chcesz pracować nad kluczowymi obszarami w sporcie: tożsamością, emocjami, pewnością siebie, odpowiedzialnością i sprawczością, koncentracją i uważnością, wyznaczaniem celów i planowaniem, nawykami, komunikacją i stresem.
- Masz dosyć czytania książek o samorozwoju, po których lekturze i tak nie wiesz, jak wdrożyć wskazówki w życie.
- Potrzebujesz praktycznych porad, instrukcji i ćwiczeń, bo chcesz stać się silniejszym mentalnie zawodnikiem.
- Zastanawiasz się, czy trening mentalny, to coś dla Ciebie.
- Jesteś trenerem i chcesz dowiedzieć się, jakie tematy są ważne dla rozwoju Twoich zawodników, aby pomóc im nad nimi pracować.
- Jesteś rodzicem i chcesz wesprzeć rozwój Twojego dziecka, aby mogło zrealizować swoje sportowe marzenia.

Dzięki temu szkoleniu nauczysz się motywować wewnątrznie i działać pod presją,

bo będziesz pewny siebie i swoich możliwości. Przestaniesz mieć w głowie czarne scenariusze, a Twoje myśli nie będą Cię już paraliżować.

Przedstawiam Ci kompleksowy program "Od Amatora do Legendy", na który składa się:

10 LEKCJI WIDEO

W formie wykładów. To od 20 do 30 minut nagrania na konkretny temat, z którym przychodzą do mnie zawodnicy.

ZESZYT ĆWICZEŃ

Do każdego treningu mentalnego przygotowałem dla Ciebie zestaw ćwiczeń i pytań do refleksji, które pomogą Ci pełniej zrozumieć i opracować treść szkolenia.

NOTATKI Z LEKCJI

To pigułki wiedzy wyciągnięte z tego, co powiedziałem na wykładzie. Dzięki nim łatwo wrócisz do ważnych dla Ciebie wątków i notatek własnych.

Czeka na Ciebie 10 treningów mentalnych, w których zajmiemy się:

- tożsamością,
- emocjami,
- pewnością siebie,
- odpowiedzialnością i sprawczością,
- koncentracją i uważnością,
- wyznaczaniem celów i planowaniem,
- nawykami,
- komunikacją,
- stresem.

Będziesz zaskoczony, ile da Ci program "Od Amatora do Legendy"

- To program, w którym krok po kroku przeprowadzę Cię przez najważniejsze aspekty treningu mentalnego sportowców. Nigdzie w moich mediach społecznościowych nie znajdziesz tak ułożonych i kompleksowych treści. Każda lekcja kończy się case study - tego nie znajdziesz nigdzie indziej.
- Program stworzyłem w oparciu o współpracę z klientami takimi, jak Ty - sportowcami, którzy chcą poprawić swoje osiągnięcia na boisku i poza nim. Jestem pewien, że któryś z poruszanych tematów (jeśli nie wszystkie) będzie dla Ciebie pomocny.
- Włożyłem serce w stworzenie tego programu, ale rozumiem, że nie jest on dla każdego! Jeśli nie spełni on Twoich oczekiwań, to napisz do mnie, a wspólnie znajdziemy rozwiązanie.

Dlaczego warto w to wejść:

Otrzymujesz szeroki zakres tematów, które wybrałem na podstawie sesji z klientami, co umożliwia pracę nad kluczowymi kwestiami dla każdego sportowca.

To Ty decydujesz, kiedy i czego słuchasz - dostęp do wszystkich nagrań dostajesz od razu. Możesz dopasować tempo nauki do siebie.

Oszczędzasz pieniądze - za 10 sesji indywidualnych zapłaciłbyś ok. 2,5 tys zł. Kupując to szkolenie masz możliwość przerobić część materiału samodzielnie, a później zdecydować, czy chcesz rozwijać te wątki 1:1 z trenerem.

Masz dostęp do materiałów z każdego urządzenia mobilnego, dzięki czemu korzystasz, gdzie i kiedy chcesz.

Przygotowałem dla Ciebie 3 możliwości dołączenia do szkolenia

SZKOLENIE BASIC

- ✓ 10 lekcji wideo
- ✓ Notatki z lekcji
- ✓ Zeszyt ćwiczeń
- ✗ Dożywotni dostęp do szkolenia
- ✗ Przypomnienia w formie maili
- ✗ Indywidualna konsultacja po przerobieniu szkolenia

SZKOLENIE PREMIUM

- ✓ 10 lekcji wideo
- ✓ Notatki z lekcji
- ✓ Zeszyt ćwiczeń
- ✓ Dożywotni dostęp do szkolenia
- ✓ Przypomnienia w formie maili
- ✗ Indywidualna konsultacja po przerobieniu szkolenia

SZKOLENIE VIP

- ✓ 10 lekcji wideo
- ✓ Notatki z lekcji
- ✓ Zeszyt ćwiczeń
- ✓ Dożywotni dostęp do szkolenia
- ✓ Przypomnienia w formie maili
- ✓ Indywidualna konsultacja po przerobieniu szkolenia

Przedprzedaż szkolenia tylko do 4 listopada

Dzięki 10 treningom mentalnym online, które dla Ciebie przygotowałem, zidentyfikujesz obszary do dalszej pracy w pojedynkę lub z trenerem mentalnym.

Jeśli ten program rozbudzi Twoją chęć do dalszej nauki, to zachęcam Cię do zapoznania się z moimi e-bookami oraz ofertą współpracy indywidualnej w zakresie treningu mentalnego.

Ze sportowym pozdrowieniem,
Mateusz