

2017

# TU ENTRENADOR PERSONAL



Si dudas de ti mismo, estás vencido de antemano. Ibsen

© Ramón Barría Mac Lennan

[www.hypno-barría.com](http://www.hypno-barría.com)



# Taller de autohipnosis para deportistas



## Descripción:

Este taller es para todos los deportistas activos y para quienes quieran comenzar con tales actividades y que aun carecen del entusiasmo necesario. El deporte se exterioriza por la expresión física, pero, de lo que muy pocos están conscientes, todo el movimiento viene de la mente. Hoy en día en el deporte profesional no hay nadie que no entrene mentalmente, desde el atleta de 100 metros planos hasta el corredor de Fórmula 1, todos practican antes en su mente. Ahí es donde la hipnosis puede y te va a ayudar.

En un día de taller (8 horas) aprenderás distintas técnicas de autohipnosis especialmente desarrolladas para deportistas. Al finalizar el curso estarás apto para ponerte en trance y lograr por ejemplo las siguientes metas:

- Mejorar tu técnica y táctica en el deporte
- Obtener mayor resistencia
- Programarte antes de las competencias
- Eliminar la frustración provocada por cansancio o “derrota”
- Reponer energías en forma eficiente
- Disminuir el estrés antes y durante competencias
- Aumentar tu motivación
- Mayor concentración y efectividad
- Lograr tus objetivos con mayor facilidad
- Acelerar el proceso de recuperación después de lesiones



# Taller de autohipnosis para deportistas

---

**Cuándo:** 22.01.2017, 10:00 - 19:00 hrs.

**Dónde:** Abadía 39, Las Condes, Santiago

**Participantes:** máx. 12 personas

**Precio:** CLP 100.000.-

**Cierre de inscripciones:** 09.01.2017

Inscripción vía formulario electrónico <http://www.hypno-barria.com/es/inscripciones-de-talleres-de-autohipnosis-20162017/> o por e-Mail [office@hypno-barria.com](mailto:office@hypno-barria.com)

Condiciones de pago: Tu participación en el taller estará garantizada solo y recién después de tu inscripción antes del 09 de enero del 2017 (vía formulario o por mail) y tras haber efectuado la transferencia del valor total del taller de CLP 100.000 (cien mil pesos chilenos) a la cuenta RUT 0004346963-0 (Banco del Estado de Chile) a nombre de Ana María Mac Lennan Matulich.

