



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

Coaching Sportivo e per il Benessere

Snelli – Forti – Sani

ESSERE ENERGIA

Programma specifico per chi vuole aumentare l'energia.
Consigliato per atleti e persone con specifici obiettivi e per chi ha necessità e desiderio di un incremento energetico, di un periodo di purificazione o di un assestamento.

Prezzo: 12 sessioni di coaching in 3 mesi + supporto via mail, skype o telefono tra una sessione e l'altra.

E. 177,00 + oneri a sessione.

5% di sconto per pagamento anticipato in toto.

REMISE EN FORME

Programma specifico per chi vuole ritrovare il peso forma ed ottenere una linea mantenuta da uno stile di vita sano.

Prezzo: 16 sessioni di coaching in 4 mesi + supporto via mail, skype o telefono tra una sessione e l'altra.

E. 169,00 + oneri a sessione.

5% di sconto per pagamento anticipato in toto.

SALUTE E BENESSERE

Programma specifico per chi vuole ritrovare e mantenere l'equilibrio psico-fisico, con un programma a lungo termine che permette di stabilire e mantenere uno stile di vita emozionalmente e fisicamente sano, senza dieta, con consapevolezza e abitudini sane.

Prezzo: 40 sessioni di coaching in 12 mesi + supporto via mail, skype o telefono tra una sessione e l'altra.

E. 139,00 + oneri a sessione.

10% di sconto per pagamento anticipato in toto.



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Lo sconto è applicato solo in caso di pagamenti anticipato equivalente all'intera somma.

In altro caso il pagamento avverrà mensilmente in concomitanza con l° sessione mensile.

Si consigliano incontri settimanali, massimo ogni 10 giorni.

Ogni sessione è formata da sessioni di 30-45 minuti ciascuna.

L'iscrizione si effettua con il pagamento della prima quota di partecipazione e l'invio del modulo compilato in ogni sua parte e sottoscritto dall'intestatario e della copia del bonifico tramite email all'indirizzo: **info@armoniadinamica.com**

IBAN: IT 77 N 03062 34210 000001709644 Banca Mediolanum

Programma scelto: _____

Modalità di pagamento: _____

Firma



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

MODULO DI ISCRIZIONE

Nominativo: Nome _____ Cognome _____

Indirizzo: Via _____

Città _____ CAP _____ Stato/Provincia _____

Telefono _____ Cellulare _____ Fax _____

Email _____ Uomo Donna

Il presente contratto ("Contratto") tra leader coach e Armonia Dinamica (o "noi") e
_____ ("voi", "vostro" o "io") è stipulato il _____
(Nome) (Data)

In vista del compenso e dei servizi scambiati, le parti accordano i seguenti termini e condizioni del presente atto

1. Natura del rapporto

A. Armonia Dinamica offre un servizi di formazione. Le sessioni sono a carattere di coaching per la vostra pianificazione, formazione, motivazione. A.D. dichiara e, tramite la vostra firma del presente Contratto, voi confermate di comprendere e di accettare che tali sessioni di coaching non rappresentano una consulenza psichiatrica, sui rapporti personali, di carattere finanziario, di pianificazione dell'asse patrimoniale o di altre forme di consulenza o sessioni di terapia.

B. Inoltre, firmando il presente contratto, riconoscete che i coach di A.D. non sono consulenti finanziari e non sono mediatori o operatori. Nessuno dei contenuti forniti sia nel corso del coaching che nei materiali di coaching va inteso come parere finanziario e A.D. non consiglia nessun investimento in modo particolare.

C. Chi desidera consulenza professionale o terapia, dovrà farlo di propria responsabilità riferendosi per aiuto a un professionista abilitato.

D. Di tanto in tanto le sessioni con il vostro coach potranno essere monitorate o registrate come parte del nostro processo continuativo di controllo della qualità e per la formazione del coach.

2. Politica di annullamento

A. Annullamento. Se decidete di annullare il presente Contratto, dovrete inoltrare notifica per iscritto ad Armonia Dinamica indicando la ragione per la quale avete deciso di annullare il Contratto. Poichè sarebbe difficile calcolare il danno reale arrecato ad A.D., accettate di pagare ad A.D. euro 800,00 a titolo di liquidazione di tutti i danni e non a titolo di penale, se annullate il coaching prima del termine originale del presente Contratto o se A.D. annulla il presente Contratto solo ai sensi e secondo i termini della Sezione 2C dello stesso. Detta liquidazione di danni è dovuta al momento dell'annullamento, può

ARMONIA DINAMICA di Agrizzi Donatella

Via Casoni 2/a

31032 - Casale sul Sile (TV)

Tel/ Fax: 0422/582227

www.armoniadinamica.com



**ARMONIA
DINAMICA**
BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.
Vivi ed espandi chi Sei

essere dedotta dal pagamento anticipato già fatto, può essere pagata tramite assegno o addebitata alla eventuale carta di credito agli atti. Questa liquidazione di danni non è trasferibile. Se decidete di annullare il presente Contratto, A.D. tratterà il compenso dovuto per le sessioni di coaching già completate e calolerà un eventuale rimborso dovuto a voi su base proporzionale al totale del contratto già pagato e delle sessioni già completate, più l'ammontare per la liquidazione dei danni.

B. Annullamento entro 72 ore. E' consentito annullare la presente transazione senza incorrere penalizzazioni od obbligazioni inviando ad A.D. una comunicazione scritta firmata e datata che porta un timbro postale precedente la mezzanotte del terzo giorno lavorativo seguente la data del presente Contratto. La comunicazione deve essere inviata per posta o consegnata ad Armonia Dinamica di Agrizzi Donatella, Via Casoni 2/a, 31032 Lughignano di Casale sul Sile (TV). Le comunicazioni inviate per fax non sono accettabili.

C. Movimentazione conto. A partire dalla data di stipulazione del presente Contratto avete 15 giorni per completare la vostra prima sessione di coaching. Se mancate di completare la prima sessione di coaching entro 15 giorni, o mancate di partecipare a una qualsiasi sessione per almeno 30 giorni consecutivi (a meno che il servizio non sia stato sospeso su accordo delle parti per un periodo predefinito) o mancate di effettuare gli eventuali pagamenti mensili entro le date stabilite delle vostre sessioni di coaching e dopo 30 giorni non avete effettuato i pagamenti per mettere al corrente il vostro conto, A.D. avrà il diritto di annullare il presente Contratto e voi incorrerete l'obbligo del pagamento dell'ammontare di liquidazione dei danni come previsto nella soprastante sessione 2A.

D. Scadenza. Al termine del presente Contratto vi è concesso un periodo di tolleranza di 30 giorni in cui completare le sessioni di coaching delineate nel presente Contratto (salvo la sospensione concordata).

3. Sessioni perse e rinviate

A. E' vostra responsabilità contattare il vostro coach secondo gli orari accordati chiamando, con spese a vostro carico, il numero telefonico che vi è fornito.

B. Se, per una ragione qualsiasi, non vi è possibile partecipare a una sessione regolarmente programmata senza farci un preavviso di 24 ore, la sessione sarà considerata completata e non vi sarà sostituita.

C. Se siete in ritardo nel partecipare alla sessione come programmato, la sessione di coaching terminerà all'ora regolarmente stabilita, indipendentemente dalla sua durata e sarà considerata come sessione completata, purchè non sia stata spostata con preavviso di almeno 24 ore.

4. Disposizioni generali

A. Garanzie. Riconoscete di non poter fare affidamento su nessuna eventuale garanzia, promessa, o dichiarazione da parte di A.D. o di persone che agiscono o asseriscono di agire a nome di A.D. a meno che esse non siano per iscritto e non siano rese parte del presente Contratto. Ogni materiale pubblicitario e ogni dichiarazione o accordo precedenti, sia verbalmente che per iscritto, sono soppiantati dal presente Contratto. Il presente Contratto contiene la completa intesa e l'intero patto tra voi e A.D. ed eventuali aggiunte o modifiche di un qualsiasi termine non saranno effettive a meno che non siano per iscritto e firmate da voi e da A.D. Nessun rappresentante delle vendite di A.D. è autorizzato a modificare i termini del presente Contratto.

B. Accettazione. Stipulando il presente Contratto, accettate di essere vincolati dai termini e dalle condizioni contenute nel presente atto. Come previsto dal presente Contratto, la sua stipulazione da parte vostra è richiesta prima di poter iniziare una qualsiasi sessione di coaching.



BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.
Vivi ed espandi chi Sei

C. Soggetto a modifica. Le date e gli orari delle sessioni sono da stabilirsi in base alla disponibilità del coach.

D. Cessione. Il presente Contratto non può essere trasferito a nessuna altra persona o entità.

5. Modo di pagamento

Autorizzate A.D. ad accettare pagamento come indicato da voi e autorizzate A.D. ad addebitare la vostra carta di credito agli atti per tutti gli eventuali importi dovuti secondo il presente Contratto. Se effettuate il pagamento mensile il pagamento deve essere effettuato precedentemente o all'atto della prima coaching del mese. Se effettuate il pagamento ogni sessione questo va effettuato entro la sessione di coaching stessa.

6. Indennizzo

Accettate di tenere indenne e sollevate da qualsiasi rivendicazione A.D. e le sue società affiliate e i loro funzionari, direttori e dipendenti, per reclami, richieste, cause, spese, costi, giudizi o altre accuse da voi sollevate a seguito della vostra scelta di partecipazione a queste sessioni di coaching, come delineate nel presente Contratto. Non terrete A.D. o i suoi coach o altri suoi dipendenti, responsabili per qualsiasi azione negligente o risultato avverso, sia noto che ignoto, che potreste incorrere o subire a seguito delle sessioni di coaching che riceverete secondo il presente Contratto.

7. Cause

Eventuali vertenze tra voi e A.D. insorgenti dal presente contratto o connesse con esso o ad esso collegate avranno come Foro il Tribunale di Treviso, Italia

Per accettazione.

Data ___ / ___ / _____

Firma leggibile per accettazione



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

REGOLE DEL GIOCO

1) Il tuo percorso di coaching è volto a potenziarti in modo da ottenere i risultati che vuoi.

Al fine di ottenere i risultati che desideri è importante che ti impegni a portare avanti gli impegni che assumi durante il tuo percorso.

Tra questi impegni si include anche apparire con puntualità ad ogni sessione fissata e portare a termine ogni azione che ti sei impegnato a fare tra una sessione e l'altra.

2) Come da contratto la tua coaching ha una lunghezza di 30/45 minuti.

Per usufruire al massimo della sua estensione, assicurati di chiamare o presentarti puntuale alla sessione designata.

Se chiami o ti presenti tardi la tua sessione si concluderà comunque all'ora originariamente fissata e sarà contata come completata normalmente.

3) Quando fai una coaching telefonica assicurati di essere in un ambiente in cui puoi concentrarti e focalizzarti completamente e dove non sarai interrotto. E' anche importante che tu abbia la tua privacy (in modo da non doverti preoccupare che qualcuno ascolti la tua conversazione).

E' fondamentale che tu dica ciò che c'è bisogno di dire (parla la tua verità, si dice nel coaching).

4) La coaching non è una terapia e non farai alcuna terapia come parte del tuo programma.

Si definisce terapia aver a che fare con il passato. Il focus del coaching è invece darti risultati sia per il presente che per il futuro.

5) Ricorda prima di ogni sessione di inviare il formulario pre-coaching, che mi permette di comprendere dove sei, cosa hai fatto e come posso appoggiarti nella prossima sessione.

6) Se non hai già compilato il questionario base è importante che tu lo faccia prima della 1° coaching ufficiale.

Prima di tale data è raccomandabile aver completato anche il questionario esteso che mi permette di comprendere il tuo mondo ed aiutarti al meglio.

7) E' importante che tu ti presenti alla sessione di coaching in "state", cioè nella predisposizione mentale migliore per procedere nel tuo percorso.

Questo ti permetterà di iniziare subito a focalizzarci sull'obiettivo.

Il tuo coach



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

QUESTIONARIO

Nome: _____ Telefono: _____

E-mail: _____

Età: ____

Figli (nome e data di nascita)

1. _____

2. _____

3. _____

Stato civile: Single Sposato In una relazione Separato Divorziato Vedovo

Occupazione _____

Quali sono i tre principali obiettivi che vorresti raggiungere entro il prossimo anno?

Indica a lato una scala da 1 a 10 quanto è importante per te raggiungerli.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Avere più energia | <input type="checkbox"/> Avere uno stile di vita più sano |
| <input type="checkbox"/> Ritrovare il peso forma | <input type="checkbox"/> Aumentare la massa muscolare |
| <input type="checkbox"/> Essere più snella e tonica | <input type="checkbox"/> Aumentare la massa magra e diminuire la massa grassa |
| <input type="checkbox"/> Ritrovare l'equilibrio psico-fisico | <input type="checkbox"/> Eliminare i vizi alimentari |
| <input type="checkbox"/> Mantenere il peso forma | |
| <input type="checkbox"/> Essere bello/bella | |

Cosa ti sta impedendo di ottenere ciò che vuoi?

1. _____

2. _____

3. _____

ARMONIA DINAMICA di Agrizzi Donatella

Via Casoni 2/a

31032 - Casale sul Sile (TV)

Tel/ Fax: 0422/582227

www.armoniadinamica.com



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

Cosa ti sta costando?

Cosa cambierebbe se li raggiungessi?

Qual è il tuo livello di energia in una scala da 1 a 10? (1 no energia, 10 massima energia) _____

Qual è il livello della tua forma fisica in una scala da 1 a 10? _____

Qual è il livello di stress che vivi quotidianamente in una scala da 1 a 10? _____

Descrivi il tuo stile di vita: quanto movimento fai, cosa fai nello specifico e quando, quante ore lavori e dormi, che attività di svago hai...

Quali sono le tre risorse che ti contraddistinguono?

1. _____
2. _____
3. _____



**ARMONIA
DINAMICA**

BENESSERE, ARMONIA E PROSPERITA'.

Vivi ed espandi chi Sei

Quali sono le tre risorse di cui hai bisogno?

1. _____
2. _____
3. _____

Quali sono le tre caratteristiche che ti piacerebbe che il tuo coach avesse?
