

Ação de Formação

Escrito por Planeta Basket
Terça, 28 Novembro 2017 09:00



O rendimento de um atleta, ou de qualquer outra pessoa que esteja sujeita a momentos de performance, está diretamente relacionado à sua capacidade de se focar na tarefa a realizar.

Entre o indivíduo e a capacidade de se focar estão inúmeros fatores que podem baixar consideravelmente o seu rendimento e, conseqüentemente, os seus resultados.

Por este motivo a nossa colaboradora Nádía Tavares (DreamAchieve) irá realizar uma ação de formação, onde serão abordadas formas de aumentar o foco, de recuperar o foco rapidamente, e de conseguirmos fazer com que as pessoas que nos rodeiam também aumentem a capacidade de se focarem.

A ação será no dia 9 de Dezembro, das 10H00 às 13H00 no CAR Jamor, num valor total de 15€ por inscrição, acreditado pelo IPDJ em 0,6 Créditos.

Vagas limitadas.

[Inscrições aqui.](#)