



### מי אנחנו?

הרעיון להקים קבוצה של מאמנים ויועצים נולד מתוך ההבנה שהמציאות היא מורכבת ודורשת שיתוף של מספר מומחים על מנת לתת מענה מיטבי לצרכים ולבעיות בהן לקוחותינו נתקלים.  
באימון אישי לדוגמא, אנו עשויים להיעזר בשירותיהם של חברים אחרים בקבוצה המתמחים בנושאים כמו: פיננסים, ניהול זמן, ניהול פרויקטים, יחסי עבודה וכד' על מנת להעניק להעמיק את האימון ולתת למתאמן כלים נוספים שיוכלו לעזור לו להשיג את חזונו.  
סט הכישורים הרחב של הקבוצה והנסייון המצטבר של הצוות מאפשר לנו לתת מענה למיגוון צרכים ובעיקר להתאים כבר בשלב הראשון את המאמן או היועץ המתאים ביותר לדרישות הלקוח



### מה זה בכלל אימון אישי ?

**אימון אישי הוא תהליך מחזק שכולל המון הקשבה ותמיכה בלתי מסוייגת, בצד חשיבה משותפת וביקורת בונה**

בדומה לאימון כושר עם מאמן פרטי, האימון האישי הוא סדרת מפגשים אחד על אחד בני 90 דקות.  
גם כאן המטרה להביא את המתאמן לשיאו ובמקרה הזה – לקחת חזרה שליטה על חייו!  
אבל באימון אישי המאמן אינו קובע את המטרות ולא את דרך הפעולה. המתאמן הוא המומחה לחייו והמאמן רק עוזר לו למצוא ולהגיע לחזונו.  
אין באימון "חפירה" פסיכולוגית בנושאים כמו "למה אני עושה ככה" – אלא תכלס: מציאת היכולות והמשאבים של המתאמן, כמובן בצד הכרה בחסמים שלו.  
וברמה המעשית – להגדיר, לפי אופיו וערכיו של המתאמן, את העתיד שהיה רוצה ולתכנן תוכנית פעולה מפורטת להשגת שאיפותיו.

### למי זה מתאים?

- לאנשים שנמצאים בצומת דרכים בחייהם
- למי שמרגיש שחיי אינם בשליטתו והוא נגרר אחרי היום יום
- לאנשים שמחפשים שילוב עניין ומשמעות בחייהם
- למי שמחפש לעשות שינוי בחייו המקצועיים, הזוגיים או בכל תחום אחר
- לאנשים לפני יציאה לפנסיה או קריירה שניה
- לכל מי שמרגיש שיש לו עוד המון פוטנציאל לא ממומש!

### רוצים לדעת עוד?

יש המון חומר באתר שלנו <http://orons.pro>  
ואפשר גם לשלוח לנו מייל ([info@orons.pro](mailto:info@orons.pro))  
או פשוט להתקשר: 04-9909060 חגית

