

AIKIDO e DECISIONI MANAGERIALI

Seminario di formazione manageriale
residenziale

16 e 17 Aprile 2010
c/o Hotel Milano
Bratto della Presolana (BG)

Creare affinità per produrre risultati
www.decathloncons.it

Via dei Pellegrini, 26
20122 Milano
Tel: 02 58302141
Fax: 02 58302242
email: decathlonmilano@decathloncons.it

Mindful leadership: la via dell'AIKIDO

Oggi più che in passato manager e leader devono sapersi adattare con **abilità in contesti complessi** che mutano continuamente.

Flessibilità e adattabilità dipendono non solo dalle nostre capacità personali, ma anche dall'energia e dall'armonia interiore, e vanno opportunamente governate dalla capacità di agire e di decidere in modo meditato e consapevole.

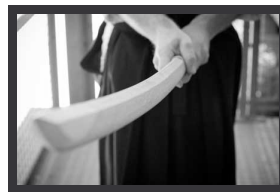
Le pressioni esterne infatti ci inducono ad **agire in modo affrettato e a volte impulsivo**, e quindi a rischiare di non cogliere tutte le opportunità che si presentano.

Inoltre pensieri e preoccupazioni appesantiscono e rallentano il processo decisionale rendendoci più **incerti**.

Così aumenta il gap tra ciò che facciamo e ciò che potremmo fare con maggiore successo, e ci rendiamo conto di non aver affrontato le **decisioni** al meglio delle nostre possibilità.

Attenzione consapevole e prontezza possono essere coltivate e sviluppate attraverso una pratica mirata ispirata alle tecniche dell'**Aikido: l'Aikiken**.

Attraverso l'uso del **Bokken** (la tradizionale spada giapponese di legno) **i leader** intraprendono **la via della mindful leadership** per arrivare ad affrontare e superare anche le situazioni più difficili con successo e con soddisfazione personale.



Perché l'Aikido per i manager

L'**Aikido**, arte marziale giapponese, si ispira ai principi della non violenza, della non opposizione e della vittoria giusta.

La pratica dell'Aikido e in particolare dell'uso del Bokken permette di **scoprire** una diversa consapevolezza di sé e delle proprie interazioni con gli altri (siano essi superiori, colleghi, collaboratori o clienti) e di affrontare il processo decisionale con nuove e più focalizzate modalità di attenzione e di azione che ci permettono di:

- migliorare la fluidità delle reazioni e la **fermezza** nelle **azioni** e nelle **decisioni**;
- interagire con gli altri in modo più armonico e produttivo;
- sviluppare la confidenza in se stessi e nelle proprie risorse personali.

Per sviluppare il progetto **Mindful Leadership** Decathlon Consulting si avvale della collaborazione di **Annick Lemaire-Allamand**. Annick Lemaire-Allamand è V° dan di Aikido, e insegnante di Aikido e Aikitaiso con una pluriennale esperienza acquisita non solo in corsi e stage tradizionali, ma anche in seminari realizzati in diverse scuole e soprattutto nell'ambito della formazione manageriale e del teatro-danza.

Da questa collaborazione sono nati **interventi formativi** in azienda che utilizzano l'Aikido per lo **sviluppo manageriale** e il team building. Sotto la guida di Annick Lemaire-Allamand e con il supporto del team Decathlon Consulting i partecipanti hanno la possibilità di sperimentarsi in una situazione totalmente nuova e di riflettere sul **proprio stile decisionale** ricavando indicazioni mirate a migliorare l'**efficacia personale** e la **capacità di leadership**.

Mindful Leader: la via dell'Aikido

Per conquistare concentrazione e
determinazione nell'azione:

AIKIDO e DECISIONI MANAGERIALI

Esperienza pratica di addestramento all'arte dell'Aikiken (metodologia schermistica), strutturata in due giornate residenziali. Grazie all'uso dei **Bokken (spade di legno)** sarà possibile sperimentare e sviluppare le tecniche più idonee alla ricerca della **concentrazione** e la conquista della **consapevolezza e della determinazione** necessarie per un'efficace presa di decisione.



Durata	2 gg. Consecutivi
Adesione	Individuale
Sede	Hotel Milano - Bratto Castione della Presolana (BG)
Costo	€ 1400,00 € + IVA
Data	16 e 17 aprile 2010

Appuntamento

Il seminario si terrà nei giorni **16 e 17 aprile 2010**, dalle ore **14:00** di venerdì 16 alle **17:00** di sabato 17.

Sede

Hotel Milano,
Via s. Pellico, 3 - Bratto
24010 Castione della Presolana (BG).
<http://www.hotelmilano.com/>



Costo

La quota di partecipazione è di **1.200,00 € + IVA 20%**.

La quota **comprende**:

- partecipazione al seminario;
- utilizzo dell'attrezzatura (Bokken e Kimono);
- pernottamento in hotel in camera singola, con pensione completa;
- percorso benessere presso l'Alpen Resort.

Il seminario è riservato a un massimo di 15 partecipanti.



Programma

Annick Lemaire-Allamand inizierà i partecipanti alla pratica dell'Aikido, guidando le diverse attività con particolare attenzione a:

- presa di contatto con il bokken: alla **ricerca dell'equilibrio nella sfida**;
- presa di contatto con le emozioni legate alla decisione: alla **ricerca dell'armonia**;
- presa di contatto con l'altro: alla **ricerca dell'eleganza e del coordinamento**;
- presa di decisione: alla **ricerca della determinazione**;
- superamento del conflitto: **alla ricerca della fluidità**.

Agenda

16 Aprile

- 13:00:** ricevimento dei partecipanti;
- 13:15:** light-lunch;
- 14:00:** inizio delle attività;
- 16:00:** coffee-break;
- 18:00:** chiusura delle attività;
- 18:15:** percorso benessere presso l'Alpen Spa;
- 20:00:** cena.

17 Aprile

- 8:30:** inizio attività;
- 10:30:** coffee break;
- 13:00:** light lunch;
- 14:00:** ripresa attività;
- 15:30:** coffee break;
- 17:00:** conclusione delle attività.

Per partecipare all'evento:

- 1) compilare la **Scheda di Iscrizione**,
- 2) effettuare il bonifico come indicato sulla scheda di iscrizione,
- 3) rispedire il tutto, via Fax (02/58302242) o via e-mail: decathlonmilano@decathloncons.it entro il **30.03.10**.

Scheda di Iscrizione

Per partecipare all'evento proposto è necessario:

- 1) compilare la Scheda di Iscrizione,
- 2) effettuare il bonifico come indicato sulla scheda di iscrizione,
- 3) rispedire il tutto, via Fax (02/58302242) o via e-mail: decathlonmilano@decathloncons.it entro il 30.03.10.

Cognome: _____

Nome: _____

Data di nascita: _____

Qualifica: _____

Ente di appartenenza: _____

Tel: _____

Fax: _____

E-mail: _____

Firma: _____

Data: _____

Codice Fiscale: _____

P.IVA: _____

Sede legale: _____

Esente IVA SI NO

Taglia per il Kimono: _____

Numero di scarpe: _____

Mindful Leadership: la via dell'Aikido

<input type="checkbox"/>	AIKIDO e DECISIONI MANAGERIALI	16 e 17.04.10	€ 1.200,00 + IVA
--------------------------	---	----------------------	-------------------------

Modalità di pagamento:

Accredito con Bonifico Bancario su conto intestato a Decathlon Consulting, presso UnicreditBanca, Sportello Mi 2486;
Codice IBAN: IT 20 L 02008 01695 000003475656.

IN CASO DI PARTECIPAZIONE DI 2 O PIU' PERSONE DI UN'AZIENDA, E' PREVISTO UNO SCONTO TOTALE PARI AL 20 % DELLE QUOTE.

Decathlon Consulting si riserva di posticipare l'evento in caso di necessità, previa comunicazione.