

**trainers'
HOUSE**

**Valmennuspalveluiden
tuotteistaminen
- case Fight Club**

**Jarmo Riski
Trainers' House
Jyväskylä
24.5.2011**

Henkilökohtaiset valmennukset



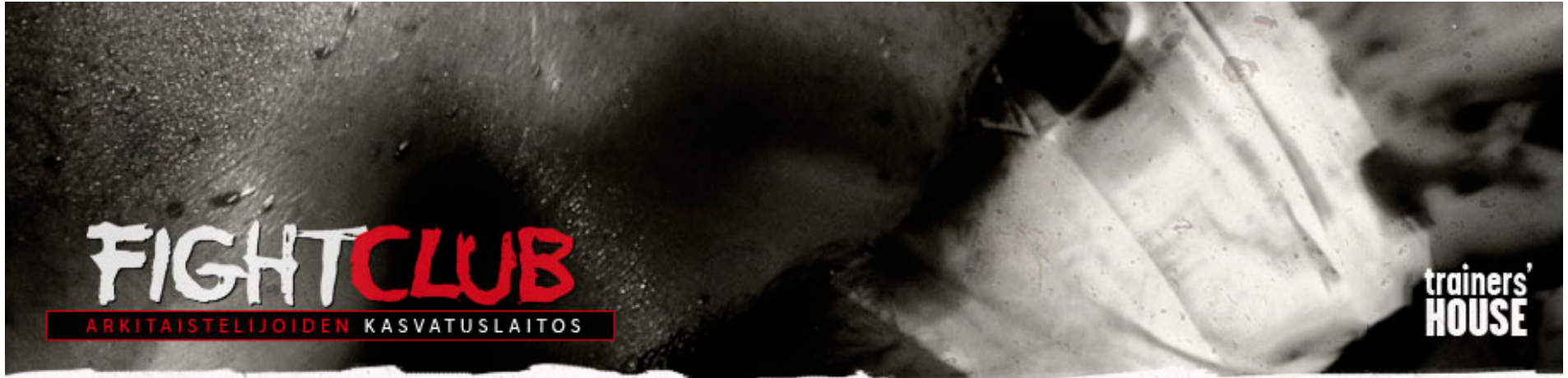
Kaipaako pakotettua ajattelu-aikaa?

Tuntuuko sinusta, että teet töitäsi johtajana yksin?

Olisiko aika nousta ammattilaisena seuraavalle tasolle?

Henkilökohtaiset valmennusohjelmat

- auttavat sinua kirkastamaan omaa tahtotilaasi,
- rakentamaan sinne johtavaa oikeaa reittiä,
- verkottumaan muiden ammattilaisten kanssa ja saavuttamaan tavoitteesi.



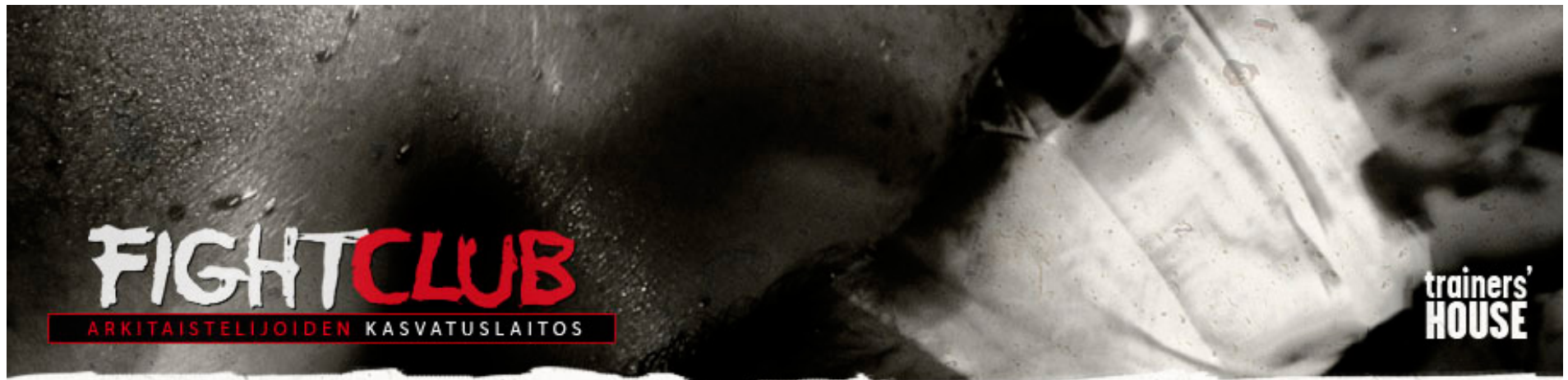
MIELI



ELIMISTÖ



HEIMO



Meillä on radikaali ehdotus: mitä jos alkaisit oikeasti elää?

Valmennusohjelma, joka todistetusti muuttaa

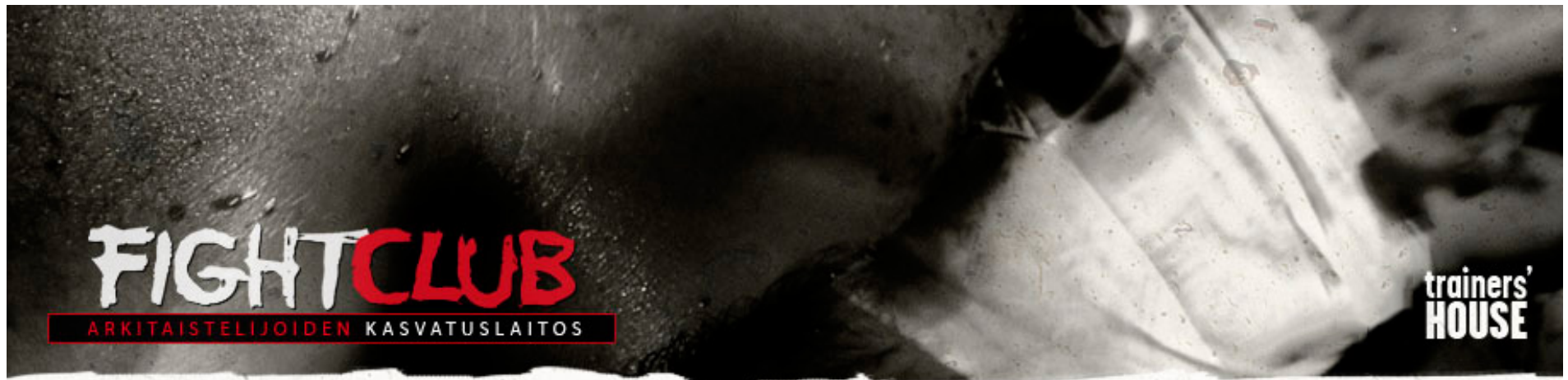
- elämää
- ajattelua
- kehoa

mitattavasti ja merkittävästi.

Fight Club ei häiritse muuta elämääsi ja jättää selittelyille olemattoman tilan.

Läheisesi, työtoverisi ja asiakkaasi nukkuvat vielä, kun sinä kerrytät etumatkaa.

Et menetä muuta kuin halpaa mielihyvää aamun ensihetkinä.

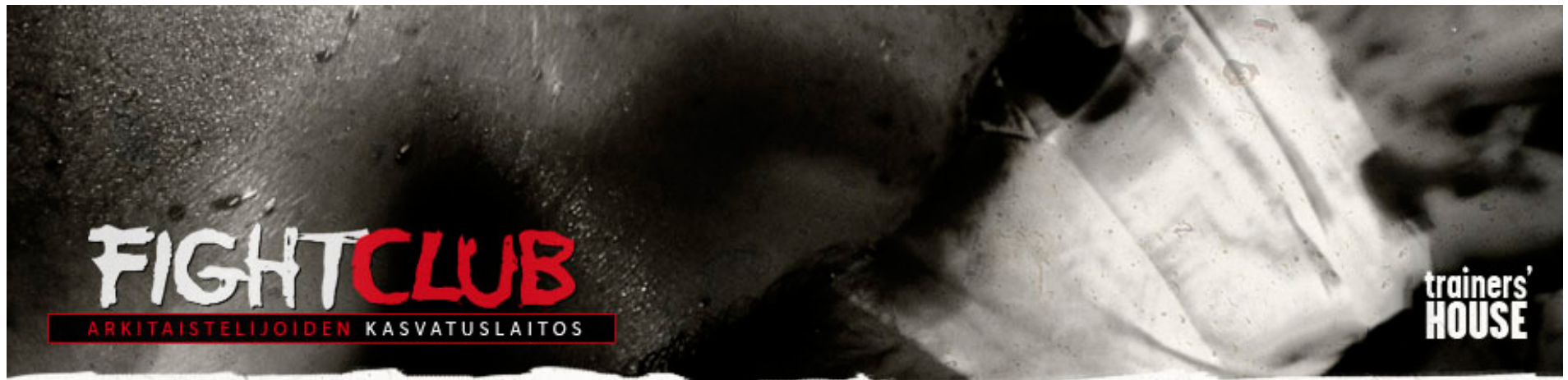


Fight Club on arkitaistelijoitten kasvatuslaitos.

**Fight Club pitää vastuun tiukasti siellä, minne se kuuluukin
- sinulla itselläsi.**

Fight Club tukee yksilön kulkua yhteisellä polulla ja rankaisee valheellisesta sitoutumisesta ja pelkuruudesta omien tunnedemonien edessä. Se nostaa sinut uudelle tasolle ihmisenä, ammattilaisena ja eläimenä. Naisena tai miehenä.

**Ryhtisi oikenee, kehosi karaistuu, ajatuksistasi tulee kirkkaampia.
Pärjät paremmin tiukemmissa ja sinulle tärkeissä asioissa.**



Ensimmäinen taso: Fyysinen sitoumus!

Lakkaat kokonaan arpomasta huvittaako, pystytkö, voitko, viitsitkö.

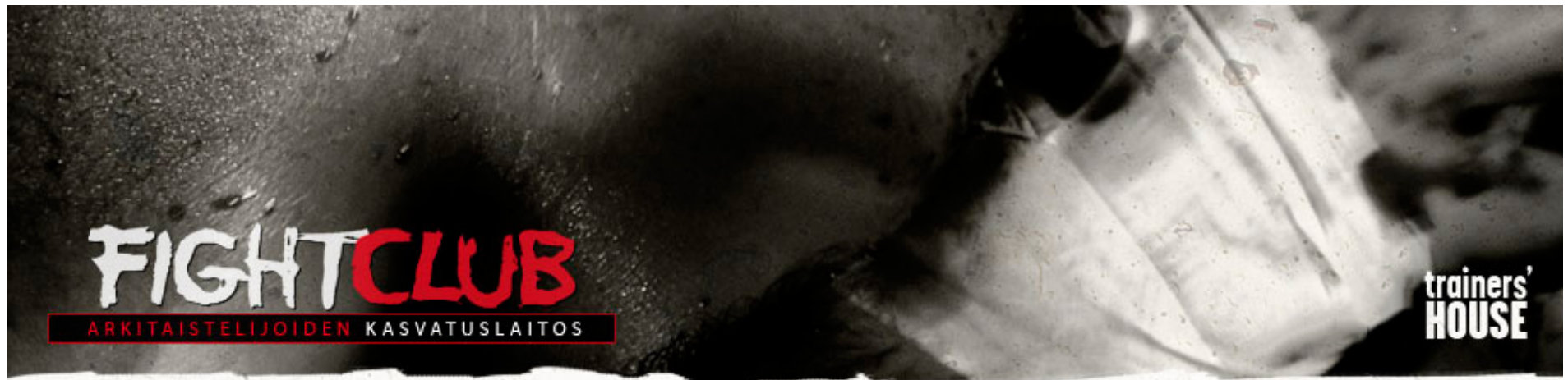
Luovut heräämiseen ja jaksamiseen liittyvistä valheista, riippumatta arjen vaatimuksista tai vapaapäivien raskaasta mielihyvääntaakasta.

Treenaat aikaisin aamulla 5-6kertaa viikossa, oli tilanteesi mikä tahansa.

Sillä, oletko aamu- vai iltaihminen, ei ole merkitystä.

Jossakin vaiheessa treeniä jätetään hetkeksi mukavuusalue.

Kehitytään tai karaistutaan vähän kerrallaan.

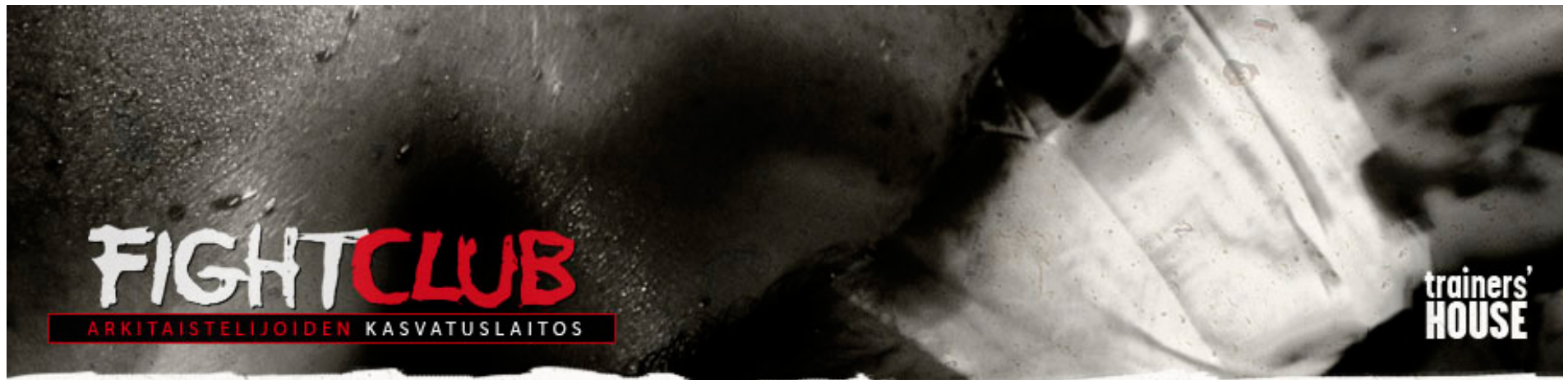


Toinen taso: Sosiaalinen sitoumus !

Koska et yksin pysty, jaksa, viitsi etkä ymmärrä treenata oikein,
et treenaa enää yksin!

Tarvitset toista ihmistä tullaksesi ihmiseksi, jota itsekin arvostaisit enemmän.
Meillä on **kaksi ehtoa: show up, keep up !**

Et kysy vointiasi tai kiireitäsi, vaan palvelet treenikaveriasi tulemalla paikalle.
Omaa itsekuriasi tärkeämpää on kannustaa ja tukea treenikaveria.



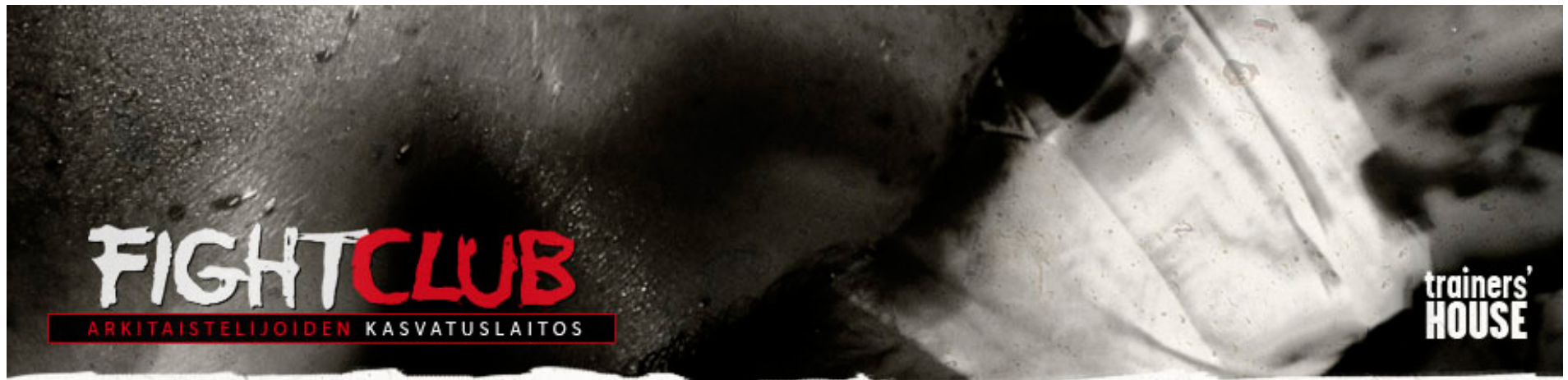
Kolmas taso: Mielen ja hengen sitoumus !

Idea on vapautua itsesäälän ja voimattomuuden pakkopaidasta.
Se mikä tapahtuu aikaisin aamulla, kaikuu koko päivän ajan.

Tuemme matkaa henkisellä valmennuksella - Show Up !

Suhteesi pelkoon sen eri muodoissa määrää elämäsi laadun ja rajat.

Fight Clubin tehtävä on vetää pelkojasi pataan.

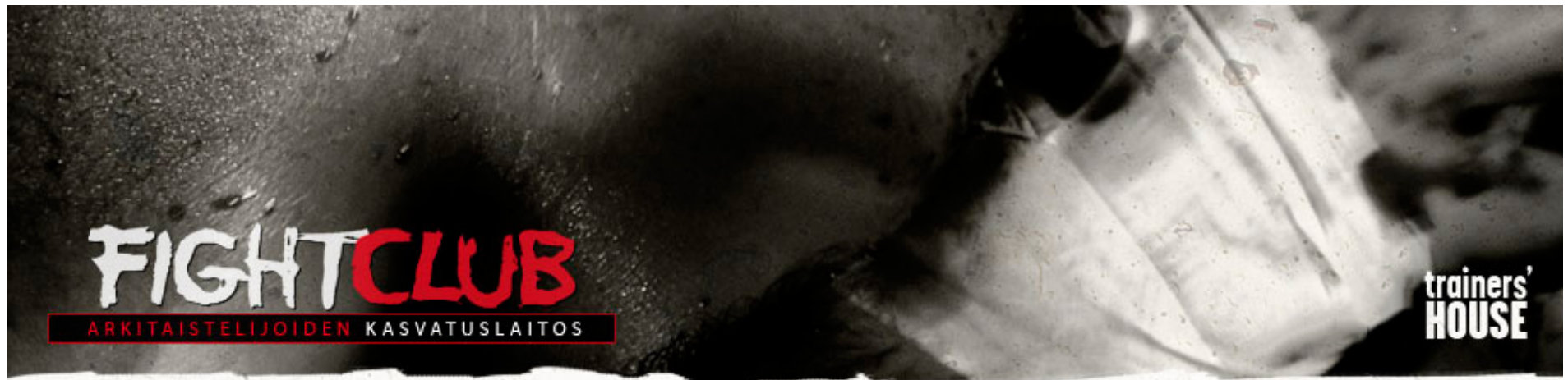


TARINA

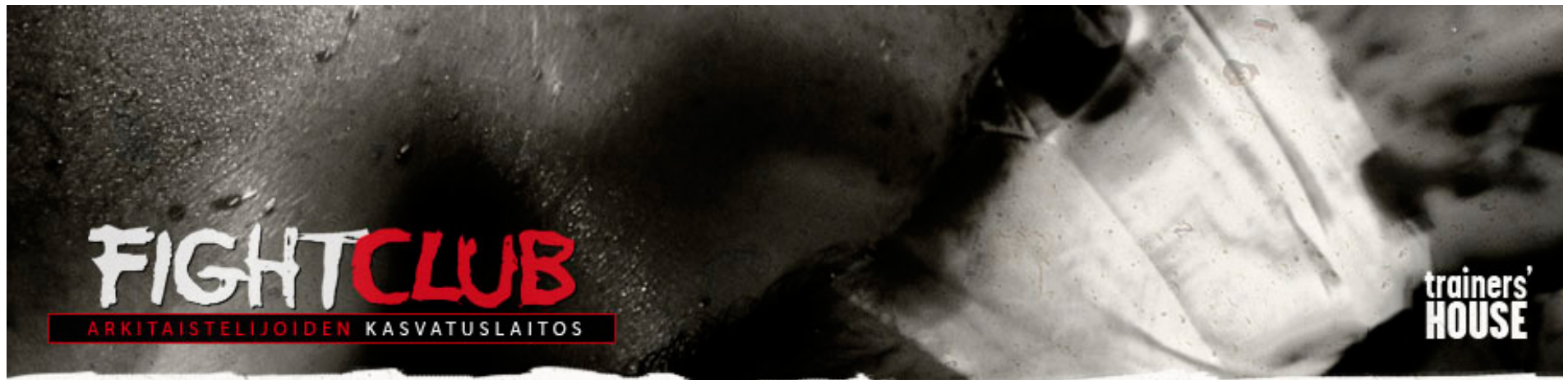
TOTUUDEN HETKET

TYÖN OHJAAMINEN

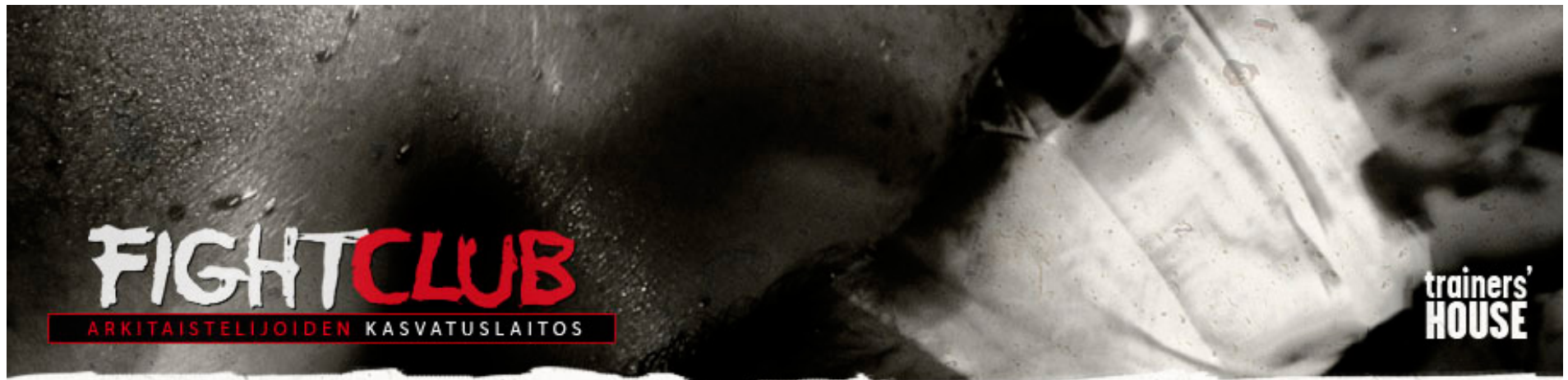
JÄRJESTELMÄT



”On helppo kertoa historiasta elämäsi tarina. Todella vaikeaa on kertoa **parempi tarina tulevaisuudesta ja toteuttaa se.** Tässä Fight Club on auttanut.”

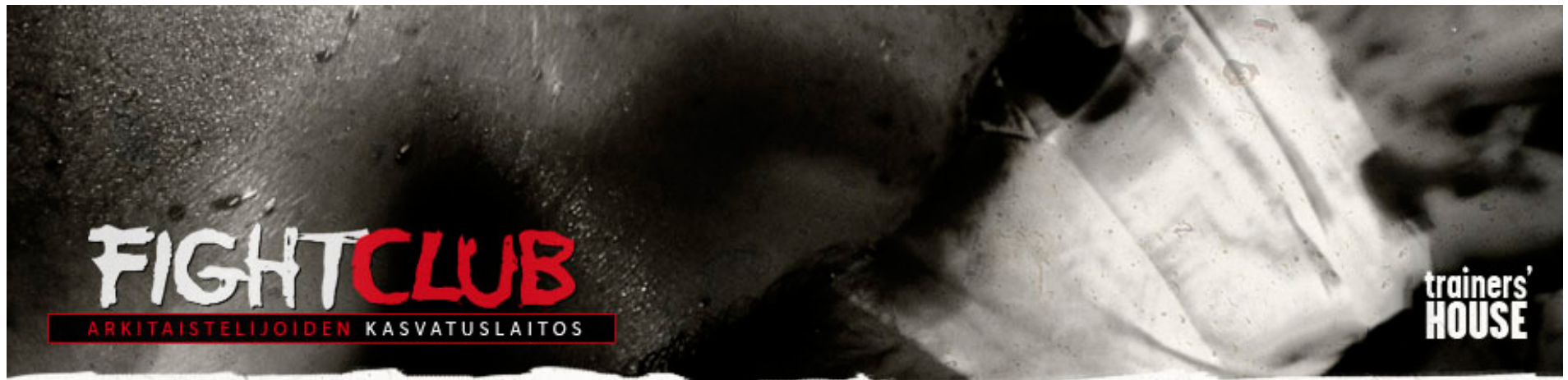


”**Fyysisen** treenaamisen
liittäminen **mielen**
treenaamiseen
– toimii erittäin hyvin!”



”Fight Clubin antia minulle:

1. **Paino** tippui merkittävästi.
2. **Kunto** kasvoi merkittävästi.
3. Uusia **ystäviä**.
4. **Yhtiökumppani** löytyi.
5. **Bisnestä** tuli pienyrittäjälle.”



Referenssitarinat