

COMMUNIQUE DE PRESSE

Comment atteindre tous ses objectifs ? La méthode simple et efficace de Laurent Bertrel est maintenant disponible en ligne

Parce qu'il n'est pas toujours facile d'atteindre tous ses objectifs, Agoracademie.com présente la méthode d'auto-coaching utilisant la PNL et la sophrologie relaxation pour réussir.

Munich, le 01.01.2012 : après le programme de e-learning en gestion du stress et des émotions, Laurent Bertrel présente aujourd'hui le [e-coaching](#) permettant d'atteindre tous ses objectifs.

Une méthode en ligne sur Internet simple et efficace utilisant la PNL, la sophrologie et la relaxation Laurent Bertrel est coach depuis le début des années 2000 et il nous explique pourquoi il a décidé de mettre en place sur Internet ce programme d'auto-coaching destiné à tous : « *Comme il n'est souvent pas facile de trouver un coach proche de chez soi à un tarif non rédhibitoire, j'ai décidé d'accompagner à distance celles et ceux qui souhaitent réussir et atteindre leurs objectifs à la fois personnel et professionnel.* »

Cette méthode s'organise autour de six questions et comprend quatorze fichiers audio ainsi qu'un livret de dix-sept pages qui va servir à la fois de guide et de support aux exercices.

A la fin de cet auto-coaching, le coaché va être capable de maîtriser l'ensemble de la méthode de clarification et de détermination des objectifs grâce à la PNL et de programmer sa réussite grâce à la sophrologie relaxation.

Bien entendu, dès la maîtrise parfaite des différentes techniques, il est tout à fait possible d'accompagner et de coacher les autres vers la réussite.

Ce e-coaching est donc destiné à des particuliers mais aussi au monde du sport (sportif de haut niveau notamment) et de l'entreprise (dirigeant, cadre et manager...).

A propos du e-coaching

Année : 2012

Auteur : Laurent Bertrel

Editeur & distributeur : Be your dream

Disponibilité : dès le 01 janvier 2012

Présentation : programme disponible en ligne sur Internet par code d'accès privé

Nombre de pages du livret : 17

Nombre de fichiers audio à consulter en ligne et à télécharger : 14

Prix : 39 euros TTC

A propos de l'auteur

Laurent est travailleur indépendant depuis le début des années 2000. Il est auteur, formateur, coach et le créateur du Freeway, une méthode de développement personnel et un art martial.

Ancien responsable des ressources humaines et de la formation d'un réseau de franchise, il collabore depuis 2005 à la création et/ou au développement de plusieurs sites Internet dont [agoracademie.com](#) qui héberge notamment sa formation à distance en gestion du stress depuis l'été 2010.

Pour plus d'informations : Laurent Bertrel - 09 70 447 437 - laurent@agoracademie.com