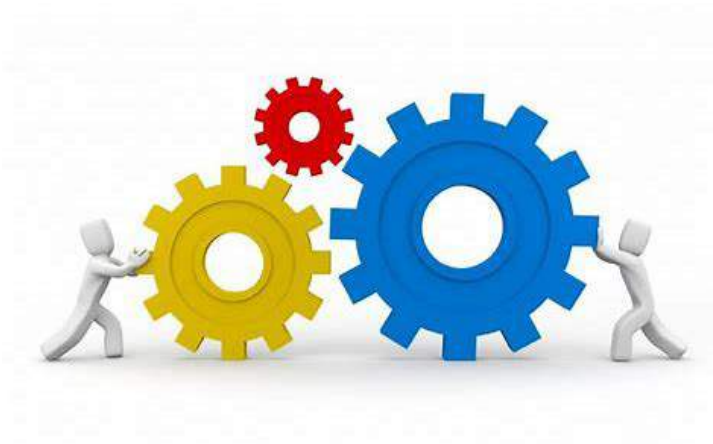
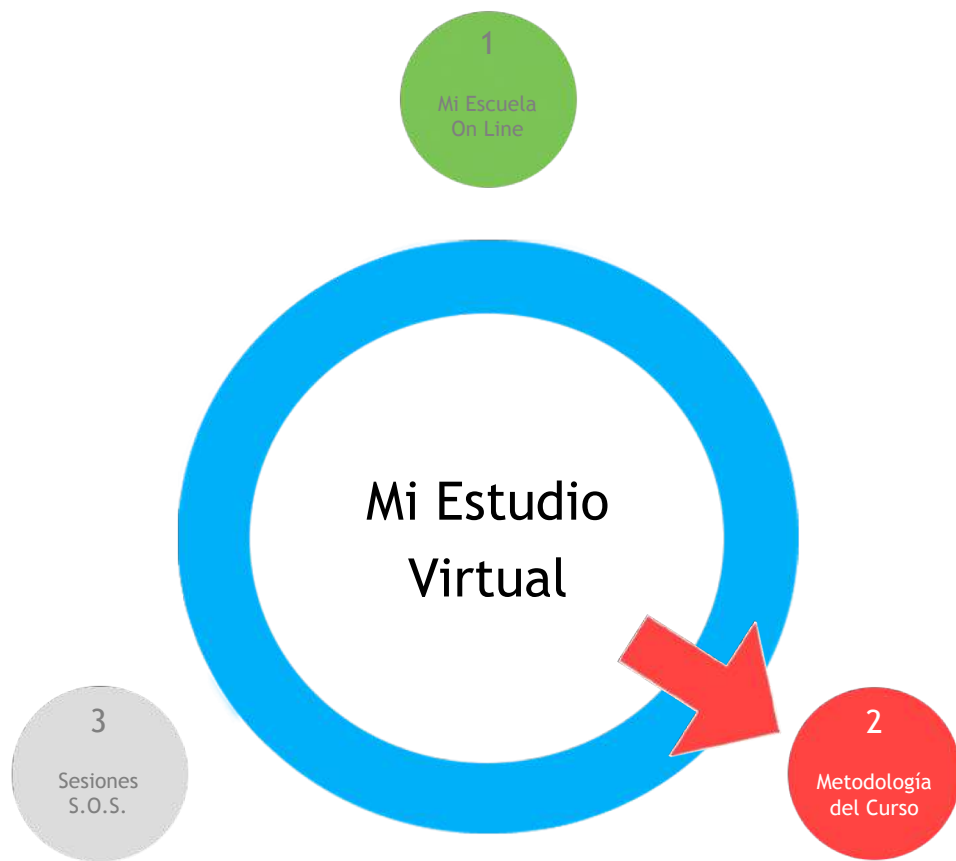


- Mi Estudio Virtual -
Metodología del Taller



Elsa Rebollo
elsarebollo.com



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¿Qué vas a descubrir?

- ✓ ¿Qué vas a recibir en tu taller On line?
- ✓ ¿Qué quiero recibir yo?
- ✓ Nuestro “contrato”
- ✓ ¿Cómo vas a realizarlo?
- ✓ ¿Cuánto tiempo necesitas?
- ✓ ¿Cuál es el objetivo de este taller?
- ✓ ¿...Y si no puedo... ?



¿Qué vas a recibir en tu taller On line?



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¿Qué vas a recibir en tu taller On line?

- ✓ 8 unidades, 17 módulos y aprox. 75 lecciones teórico/prácticas y una masterclass completa
- ✓ 8 sesiones S.O.S.
- ✓ Soporte permanente
- ✓ Seguimiento de tu evolución
- ✓ Resolución dudas on line, Facebook y whatsapp
- ✓ Toda mi experiencia de 20 años!!



¿Qué quiero recibir Yo?



TODA TU IMPLICACIÓN!!!



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

Nuestro “Contrato”



¿Lo firmas?...



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

Nuestro “Contrato”



¿Lo firmas?...

Antes de contestar espera...



¿Cuál es tu Actitud en este taller?

¿Sabes cuáles son los 3 estados del NO aprendizaje?



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

1. Muy bien lo tiene que hacer ésta... para enseñarme
a mi...



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

✓ 2. Ni fú, ni fá.... No sé por qué estoy aquí....



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

3. Algunas cosas parecen interesantes... pero sólo voy a aplicar lo que me viene bien...



¿Cuál es tu Actitud en este taller?

- ✓ 1. Muy bien lo tiene que hacer ésta... para enseñarme
- ✓ 2. Ni fú ni fá... No sé por qué estoy aquí....
- ✓ 3. Algunas cosas parecen interesantes... pero sólo voy a aplicar lo que me viene bien...



Estás en el abismo del Aprendizaje!!



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

A lo mejor...¿quieres sentirte así?



VAMOS A POR TODAS!!!

100% Implicación

- ✓ Jugar
- ✓ Sin complejos
- ✓ Vamos a disfrutar rodando sobre la pelota
- ✓ Cada día quiero más y me enamoro de la pelota
- ✓ Me implico y juego como un niño haciendo las actividades en las redes...



VAMOS A POR TODAS!!!

100% Implicación, como LOS NIÑOS!!



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¿Firmamos nuestro “Contrato”?

- ✓ Yo te doy todo lo que sé
- ✓ Tú te implicas como un niñ@, allá donde estés!!



¿Has dicho que Si...?



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

Siiiiiiii!!!



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

Choca esos Cinco!!



Contrato Firmado!!



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¿Cómo vas a realizar el Taller?

- ✓ Dedicaremos cada semana a una unidad
- ✓ Cada unidad tiene diferentes módulos
- ✓ Cada módulo está dedicado a un tema o una zona del cuerpo, no todos son iguales
- ✓ Primero ves los vídeos y después haces la práctica
- ✓ Aprox. mínimo son entre 5/7 horas a la semana
- ✓ Es muy importante, seguir los tiempos, no correr



¿Cuál es el objetivo del Taller?



SER UN MAESTR@ DE TU CUERPO



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¿Qué es “ser un maestr@?”

- ✓ Si tienes dolor: hacer que desaparezca o mejore
- ✓ Que conozcas a fondo tu cuerpo
- ✓ Que seas capaz de sentir los cambios
- ✓ Que seas capaz de entrar cada vez más profundo
- ✓ Que Pienses que lo puedes solucionar
- ✓ Que conozcas tanto tu cuerpo que puedas hacerlo sostenible a los 40, 50, 60 y más allá
- ✓ Sin medicaciones ni interminables sesiones de terapia



¿Y si no Puedo...?



Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¿Y si no Puedo...?

- ✓ No pasa nada... está todo grabado
- ✓ Puedes ir más despacio, pero sigue!!
- ✓ Las sesiones S.O.S. quedan grabadas
- ✓ Puedes ver los contenidos tantas veces como quieras
- ✓ Nos tienes a mi y a todos tus compañer@s en el grupo y te vamos a ayudar
- ✓ Puedes unirte a la siguiente edición
- ✓ Pero sigue adelante..., no lo dejes!!



Escribe en un minuto.....

- ✓ Qué has descubierto con este vídeo
- ✓ Qué aprendizaje útil has adquirido

Toma nota AHORA MISMO

Los aprendizajes SE PIERDEN si no se fijan



Luces, Cámara y Acción...!

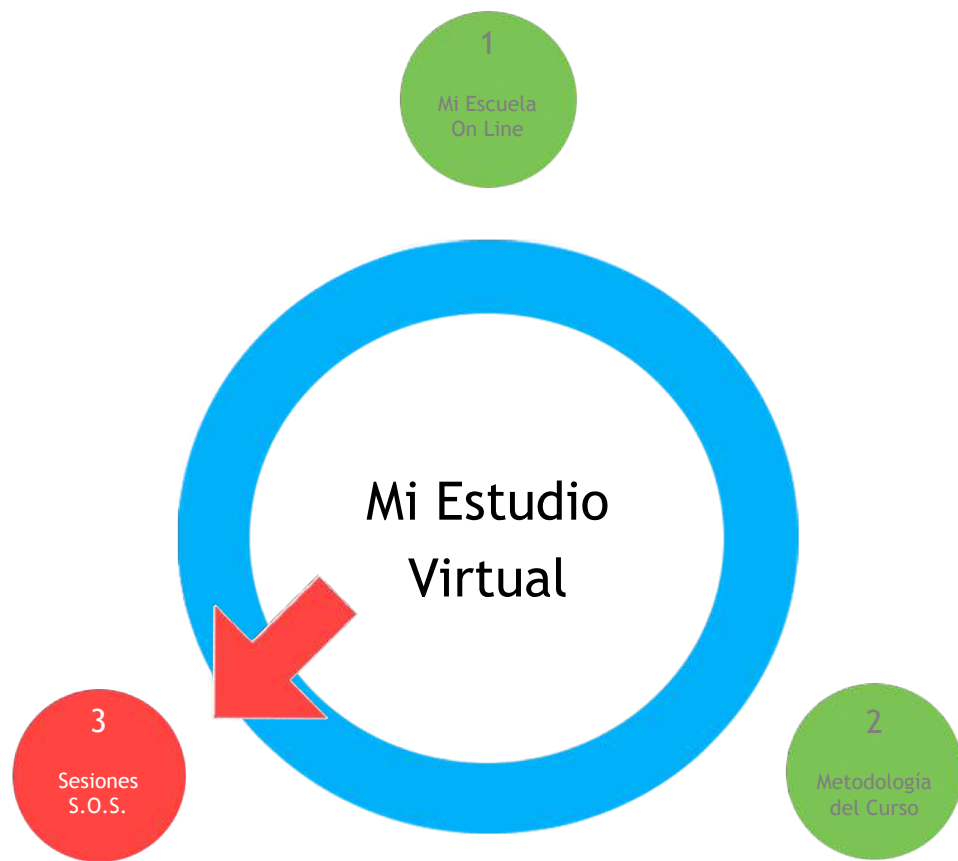


Elsa Rebollo
elsarebollo.com

¡¡Aplicar lo Aprendido!

- ✓ Piensa si formas tu “contrato” al 100%
- ✓ Bloquea 1 ó 2 horas al día para practicar
- ✓ Vamos a por todas!!!





Elsa Rebollo
elsarebollo.com