

CHRISTIAN ARNOUX PRÉSENTE...

L'ART DU WARRIORSHIP

À L'USAGE DES FEMMES
D'AUJOURD'HUI

Un concept qui unifie la théorie et la pratique
pour permettre à chacune de conserver
en toutes circonstances sa dignité personnelle !

LE CONCEPT

Manquer de courage, d'affirmation de soi et de dignité face aux événements de notre vie aboutit sans aucun doute à des difficultés majeures aussi bien dans notre vie privée que professionnelle.

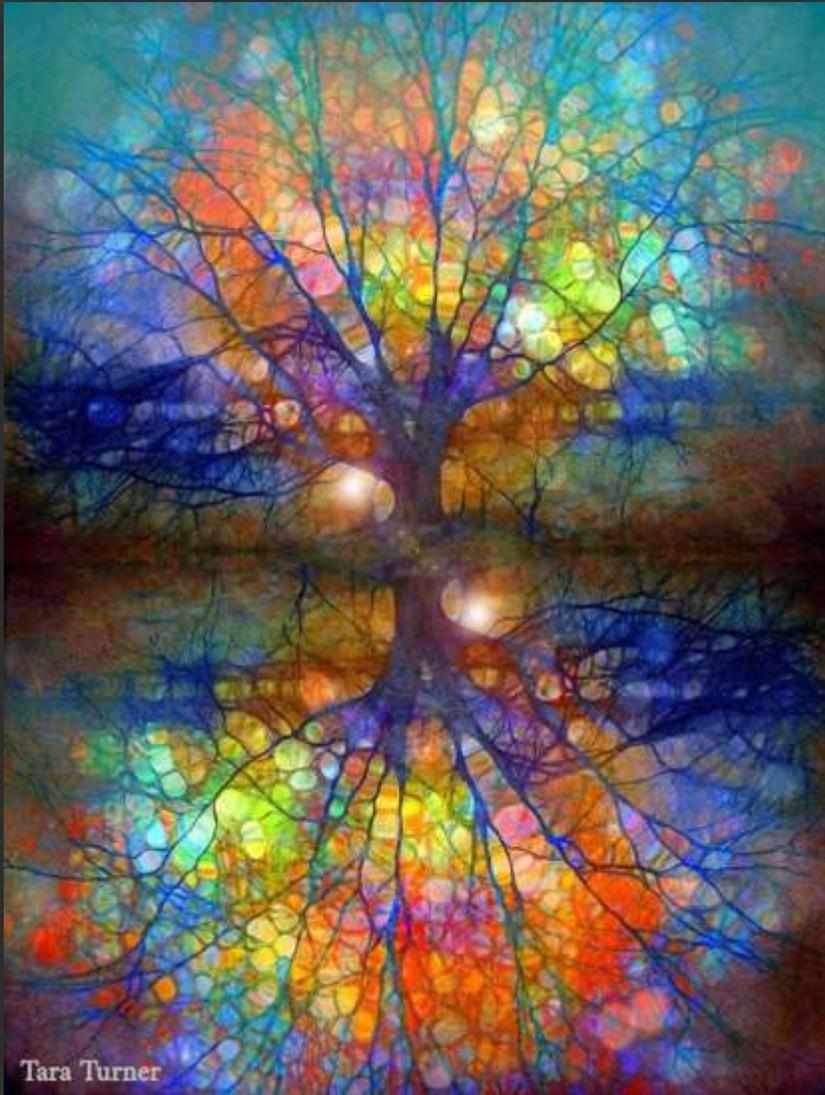
Cultiver ces qualités est donc indispensable aux femmes d'aujourd'hui qui désirent ardemment agir de façon constructive sur elles et sur le monde.

C'est un art qui demande une attention et une pratique assidues.

Cet art se nomme « **L'ART DU WARRIORSHIP** »

Ce concept est construit autour de l'acquisition théorique et pratique des 3 sortes de courages qui font les femmes-warriors : le courage d'être, le courage de faire, le courage de dire.

C'est l'acquisition de ces 3 courages qui va permettre à chacune de conserver en toutes circonstances sa dignité personnelle.



CONTENU

LE COURAGE D'ÊTRE...

TRAINING	OBJECTIFS
(T) Transmission	Comprendre comment font les femmes-warriors pour « savoir être » dans toutes les circonstances de leur vie
(P) Training mental intensif	Canaliser ses pensées et ses émotions

LE COURAGE DE FAIRE...

TRAINING	OBJECTIFS
(P) StrongYoga	Savoir faire face à l'adversité avec force, flexibilité et détermination
(P) Arts martiaux	Savoir faire face à l'adversité avec puissance, énergie et esprit de décision

LE COURAGE DE DIRE...

TRAINING	OBJECTIFS
(T) Transmission	Comprendre comment font les femmes-warriors pour « savoir dire » dans toutes les circonstances de leur vie
(P) Training mental intensif	Influencer plutôt qu'être influencées

(P) : pratique (T) : théorique



CHRISTIAN ARNOUX

- Ancien engagé volontaire dans les Commandos Marine et intervenant ensuite dans la sécurité civile il acquiert des savoir faire pour intervenir et gérer de multiples situations de crises et de conflits.
- Pratiquant d'arts martiaux depuis son adolescence il passe de nombreux mois en Asie à se perfectionner auprès d'un Maître chinois dont il adopte la pratique et la philosophie.
- Diplômé d'état dans les métiers du sport il s'intéresse au développement du potentiel humain et se forme à plusieurs techniques de préparation physique à visée compétitive ou de loisir.
- Certifié en Sophrologie et en PNL, deux techniques complémentaires de training mental, il prépare à ce titre physiquement et mentalement des sportifs de haut niveau professionnels et amateurs.
- Les entreprises et les organisations sportives font appel à lui pour animer des formations sur la gestion du stress relationnel, la préparation mentale et la motivation des individus et des équipes. Il accompagne des dirigeants et des cadres afin d'optimiser leur efficacité professionnelle et managériale. Il accompagne des particuliers souhaitant booster leurs performances physiques et mentales.
- Il anime des conférences, des séminaires et des formations sur le thème de L'ART DU WARRIORSHIP pour des entreprises de marketing de réseau et des associations professionnelles
- Il ouvre en 2004 un cabinet de conseil et de formation spécialisé dans L'ART DU WARRIORSHIP, convaincu que chaque personne doit aujourd'hui développer de nouvelles compétences pour réussir à exceller dans sa vie privée et professionnelle.
- Depuis 2006, il accompagne les salariés ayant vécus des situations traumatisantes au sein de leur profession : braquages, violences, agressions.



CHRISTIAN ARNOUX

MES COORDONNÉES :

**3 RUE GUSTAVE BRION
67000 STRASBOURG**

06 08 03 37 18

contact@christianarnoux.com

www.christianarnoux.com