



THIERRY COLOMB

Coach mental | productivité et autodéfense | instructeur de Krav Maga

COURAGE

AMÉLIORATION DES RÉSULTATS SCOLAIRES

VALORISATION DE COMPÉTENCES

PRISE DE NOUVELLES RESPONSABILITÉS

AFFIRMATION DE SOI ÉTABLISSEMENT DE LIMITES

KRAV MAGA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

REBOND APRÈS UN BURNOUT CONFIANCE EN SOI

MÉDIATION COACHING D'ÉQUIPE ET HARMONISATION

LUTTE CONTRE
LE HARCÈLEMENT

SÉRÉNITÉ

DÉVELOPPEMENT DE LA
CAPACITÉ D'ATTENTION

SOUTIEN DANS UNE TRANSITION DE VIE ORGANISATION

INTERVENTIONS EN ADDICTIONS HAUTE PERFORMANCE

LIBÉRATION DE RELATIONS TOXIQUES ESTIME DE SOI

ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT

AUTODÉFENSE GESTION DU STRESS

RECONSTRUCTION APRÈS UN TRAUMATISME

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

RESPECT



*Une approche sur mesure pour
libérer votre potentiel combatif.*



THIERRY COLOMB



La confiance en soi est la plus grande des forces

Hommes, femmes, adolescents et enfants: tous concernés, tous bienvenus!

Oser confier ses vulnérabilités, ses difficultés, son désarroi à une écoute attentive, en toute discrétion. Définir ensemble des objectifs et des priorités pour briser des schémas récurrents, renforcer la confiance en soi et libérer son potentiel.

Bénéficier, dans un environnement sécurisé, d'un soutien profondément humain grâce à une approche sur mesure avec des exercices pratiques et des outils innovants.

BIENVEILLANCE

S'ouvrir à l'autre, sans jugement.

RESPECT

En commençant par le respect envers soi-même.

DÉTERMINATION

Pas à pas, avec comme unique exigence: avancer.

ACTION

Parce qu'elle libère et donne confiance en soi.

PLAISIR

L'ingrédient clé pour progresser.



COACHING PRIVÉ

Un accompagnement personnalisé et humain

Pour apprendre à libérer votre potentiel et renforcer votre confiance en vous-même. Pour une transformation professionnelle, rebondir après un échec, un stress post-traumatique ou encore réorganiser votre vie.



COACHING EN ENTREPRISE

Une approche qui stimule la collaboration et la productivité

Pour accompagner des changements organisationnels ou développer les talents de collaborateurs ou d'équipes, en mettant en place des plans d'actions concrets et en encourageant les attitudes positives. Team building.



KRAV MAGA

Une méthode d'autodéfense efficace

Pour identifier, éviter ou gérer les situations menaçantes, mais aussi développer les bons réflexes en augmentant vos aptitudes techniques, tactiques, physiques et mentales face aux autres ou face au danger.

SÉANCES INDIVIDUELLES OU EN GROUPE, SELON VOS BESOINS