

● SELF SUSTAINABILITY COACHING ●

セルフサステナビリティ・コーチング

コーチングの流れ

コーチングは1on1で行うため、相性がとても重要です。まずは無料セッションにお申込みいただき、それからコーチングを受けるかどうか判断していただくことをお勧めしています。

無料 セッション (30分)

コーチングの説明や流れ、またセッションや各プランについてのご質問にお答えします。ご希望の方には**無料お試しコーチング(30分)**も行っています。お問い合わせください。

Foundation セッション (30分)

何に対してコーチングを望んでいるのか、何を得たいかをお伺いします。また信頼関係を築くためにコーチとクライアントで大事にしたいことを決めていきます。

コーチング (各60分)

クライアントの目的に沿ってコーチングが行われます。数回に渡る場合は次回までの課題があります。回数は各プランをご参照ください。

メール サポート

行動促進やあたらしい習慣づくりをサポートするために、コーチング期間中はメールなどでフォローアップをいたします。

プランのご紹介

現在3つのプランをご用意しています。このプラン以外のご相談も可能ですので、お気軽にお問い合わせください。(料金は税込みです)

RE-DISCOVER : 33,000 YEN

- Foundationセッション (30分)
- プライベートコーチング (60分) × 1回
- 期間中のメールによるサポート
- 2週間後のフォローアップセッション (30分) × 1回

4
週間



RE-IMAGINE : 54,250 YEN

- Foundationセッション (30分)
- プライベートコーチング (60分) × 3回
- 期間中のメールによるサポート
- あなたのセルフサステナビリティ・クレド作成

12
週間



RE-EMERGE : 97,500 YEN

- Foundationセッション (30分)
- プライベートコーチング (60分) × 6回
- 期間中のメールによるサポート
- あなたのセルフサステナビリティ・クレド作成

24
週間