

COACHING

Tu as une vie. As-tu aussi le mode d'emploi ?

Le programme de 90 jours pour les personnes prêtes à façonner leur vie en pleine conscience – de l'intérieur vers l'extérieur.

[Réserver un appel gratuit de 30 minutes](#)

Choisis l'entrée qui correspond à ta situation.

01

Coaching 1:1

Ciblé & individuel

Lorsqu'un sujet concret nécessite un changement clair et déterminé.

02

21 jours

Connaissance de soi & sens de la vie

Une entrée ciblée vers une connaissance de soi honnête et une direction intérieure solide.

03

90 jours

Deviens le manager de demain – Maintenant

Le programme phare pour une réorientation durable : conscience, sens, manifestation et navigation comme pratique vécue.

Deux niveaux. Un chemin harmonisé.

Le coaching et la SOL-Hypnose travaillent main dans la main – un travail conscient et un travail dans le subconscient.

ALPHA (8 – 12HZ)

12 tâches de coaching accompagnées en direct en ligne

Des tâches claires, de la réflexion et une mise en application au quotidien – accompagnées étape par étape.

THETA

6 séances de SOL-Hypnose progressives dans l'état thêta

Le changement là où les schémas prennent vraiment naissance – précis, non suggestif.

De la connaissance de soi à la navigation.



01 • SEMAINES 1–3

Connaissance de soi

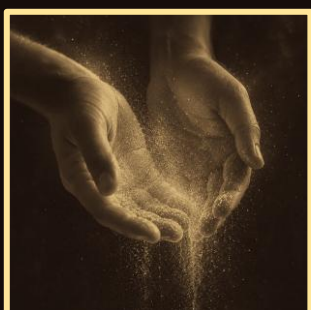
Auto-évaluation, activités de l'âme, questions de l'âme, top 5 des valeurs, nombre d'âme et de vie, position énergétique



02 • SEMAINES 3–5

Clarté des objectifs

Remémoration des ressources, évaluation des chakras, conception de la journée idéale et une nouvelle signature énergétique



03 • SEMAINES 6–9

Manifestation

Vision & mission, purification et transformation, du vouloir à l'avoir



04 • SEMAINES 10–12

Navigation

Au-delà de la zone de confort, la clarté plutôt que la pression, penser · ressentir · agir en harmonie, auto-hypnose SOL

Ce qui change étape par étape.



VOIR EN VISUEL



VOIR LE GRAPHIQUE



ANIMATION 3D



CONTEXTE SCIENTIFIQUE (PDF)



Une conscience élevée devient la base – la SOL-Academy™ reste en option comme espace pour la pratique continue.

Gratuit. Confidentiel. Sans engagement. Un premier échange permet de voir si, et quelle prochaine étape a du sens pour toi.

Réserver un appel gratuit de 30 minutes