



FREE *Your* **MIND**
Formazione in Azione

FORMAZIONE, COACHING e CONSULENZA

CAMMINI FORMATIVI FYM

Catalogo della Formazione ON THE ROAD® aperta al pubblico (Private)

© FYM s.r.l. - aggiornamento del 01.08.2017

AZIENDA CON SISTEMA DI GESTIONE PER LA QUALITÀ ISO UNI EN ISO 9001:2015 - CERTIFICATO CSQA N. 42136

AZIENDA CON SISTEMA DI GESTIONE PER I SERVIZI DI FORMAZIONE UNI ISO 29990 - CERTIFICATO CSQA N. 42137

UN "PASSO" NUOVO

"I pensieri migliori li
ho avuti camminando."
- Søren Aabye Kierkegaard -

La **FORMAZIONE IN CAMMINO**[®] è un'idea esclusiva di FYM - FORMazione in AZIONE, che fin dalla sua fondazione (2010) eroga **FORMAZIONE ON THE ROAD**[®]. Queste innovative metodologie vanno oltre i limiti dei tradizionali corsi indoor e outdoor: i partecipanti si mettono alla prova e interagiscono anche con persone che non fanno parte del corso, estendendo e ampliando così le aree e le dinamiche di apprendimento.

FYM è stata la prima azienda a muovere i "primi passi" nella **FORMAZIONE ON THE ROAD**[®] e **IN CAMMINO**[®].

La formazione che ti fa fare strada si fa in strada.



PERCHÉ IN STRADA

“Non puoi viaggiare su una strada
senza essere tu stesso la strada.”

- Buddha -

La **FORMAZIONE ON THE ROAD®** e la **FORMAZIONE IN CAMMINO®** sono due metodologie innovative di **Formazione Esperienziale ad alto impatto emotivo.**

Camminando si lavora su sé stessi attraverso esperienze pratiche, sfidanti e divertenti, immersi nella natura e nella realtà che ci circonda, in percorsi di formazione continua scanditi dai propri passi.

L'obiettivo è tornare a casa con “chilometri di esperienza” in più, utili nelle proprie sfide e nelle proprie attività quotidiane, personali e professionali.

Una **formAZIONE** con **poca forma** e **molta AZIONE!**



TRADIZIONE e MODERNITÀ

“A volte la vera innovazione
è nella tradizione.”

- FYM -

L'antropologia sostiene che l'essere umano sia sopravvissuto grazie alla sua capacità di camminare.

Aristotele e la sua scuola peripatetica ci insegnano che il camminare permette all'uomo di apprendere molto su di sé e sul suo interagire con la realtà.

La neurologia ha scoperto che il cammino è l'attività che più attiva i centri cerebrali dell'apprendimento.

La biomeccanica ci suggerisce che l'uomo non è stato “progettato” per star seduto ore, ma per camminare.

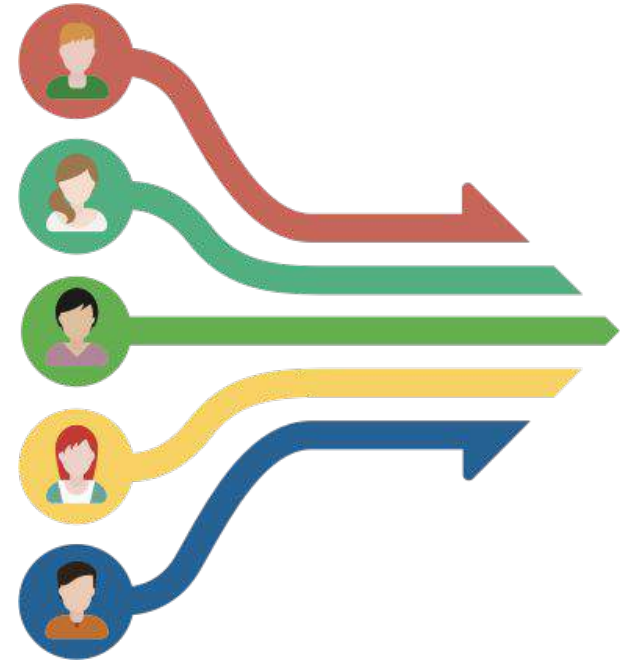
Per questi motivi abbiamo deciso di portare la form-AZIONE non solo fuori l'aula, ma IN STRADA!



Vantaggi del Cammino per l'INDIVIDUO

“Camminare è la
migliore medicina.”
- Ippocrate -

- Stimola creatività e **osservazione** interna ed esterna
- Migliora la **consapevolezza** e la **gestione di sé**
- Stimola lo sviluppo della **leadership naturale**
- Stimola lo sviluppo dell'**autostima**
- Stimola lo sviluppo dell'**autoefficacia**
- Stimola lo sviluppo dell'**equilibrio emotivo**
- Stimola lo sviluppo della **resilienza emotiva**
- Stimola lo sviluppo del senso di **responsabilità**
- Migliora la risposta individuale allo **stress** di gruppo

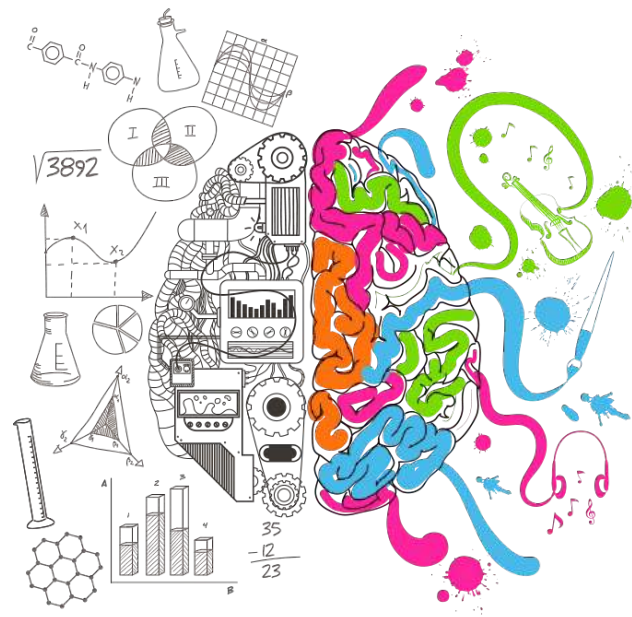


Vantaggi del Cammino per la DIDATTICA

“Forse impariamo più sulla strada per andare a scuola che a scuola.”

- Anonimo -

- Mantiene alta l'**attenzione** in tutti i momenti didattici
- **Riduce lo stress** dovuto alla sedentarietà
- Consente **sperimentazioni** attive
- Orienta allo sviluppo delle **skills manageriali**
- Stimola lo sviluppo del **Cooperative Learning**
- Fa uscire dalla **zona di comfort** il team in formazione
- Riduce le resistenze emotive ai **cambiamenti**
- Permette di sperimentarsi in **ambienti non protetti**
- Facilita la **ricontestualizzazione organizzativa**



Catalogo dei CAMMINI FORMATIVI

“Ad ogni passo
una nuova lezione.”

- FYM -



CAMMINI FORMATIVI delle 4 INTELLIGENZE

(cammini da 2 gg.
con percorsi variabili)



Rieti
Assisi
5 gg



Dublino
Galway
8 gg



Cammino dell'Intelligenza Emotiva

“La vera casa dell'uomo non è una casa, è la strada.
La vita stessa è un viaggio da fare a piedi.”
- Bruce Chatwin -

PRESENTAZIONE del CORSO

Le EMOZIONI influenzano la qualità della nostra vita personale e professionale.

In questo CAMMINO FORMATIVO scopriremo cosa sono le emozioni, come funzionano, perché sono importanti per il nostro benessere, la nostra evoluzione e sopravvivenza.

Apprenderemo l'innovativo modello di **Equilibrio Emotivo** in modo **pratico ed esperienziale**, in un CAMMINO che permette di sfidarsi e di lavorare sulla propria capacità di gestire le emozioni.

Percorreremo ca. 40-50 km sviluppando ON THE ROAD le abilità essenziali dell'Intelligenza Emotiva.



OBIETTIVI DEL CORSO

- Conoscere il modello di Intelligenza Emotiva e sviluppare le 4 abilità
- Conoscere il modello di Equilibrio Emotivo e i messaggi delle emozioni
- Sviluppare intelligenza emotiva, empatia ed equilibrio emotivo personale



Cammino dell'Intelligenza Emotiva

“Per ogni passo un’emozione.
Per ogni emozione una lezione.”

- FYM -

PROGRAMMA

- Cos'è l'Intelligenza Emotiva
- Le 4 abilità fondamentali
- Il Modello di Equilibrio Emotivo
- Neurofisiologia delle Emozioni
- Emozioni e “rapimenti emotivi”
- Modello CAP e 4F
- I Messaggi delle Emozioni
- Paura / Rabbia
- Tristezza / Disgusto
- Gioia / Frustrazione
- Vergogna / Imbarazzo
- Sviluppare Equilibrio Emotivo
- *Esercitazioni pratiche ON THE ROAD*

ISCRIZIONI

Le quote d'iscrizione sono le seguenti:

- **390€ + iva** (quota standard);
- **240€ + iva** (promo 30 gg prima).

La quota include:

- 2 giornate di formazione (16-20 h.);
- materiale didattico cartaceo;
- materiale didattico digitale;
- accesso all'area web riservata;
- attestato di partecipazione.

SCOPRI LE DATE

ISCRIVITI ON-LINE

INFORMAZIONI

Durata del corso

- 2 giornate IN CAMMINO (16-20 h)
- 1° giorno: 10:00-22:00
- 2° giorno: 07:00-17:00

Docenza

1 senior trainer del SOLE 24 ORE

Percorso

Variabile - ca. 40-50 km On The Road

Pasti e Pernotti

Gestiti in autonomia o decisi dal gruppo durante il cammino

Supporto - Autosufficienza

Il Cammino si svolge in autosufficienza, senza supporto auto.



Cammino dell'Intelligenza Intrapersonale

“Il Cammino più impegnativo e più affascinante è quello interiore.”

- FYM -

PRESENTAZIONE

L'Intelligenza Intrapersonale, spesso chiamata Consapevolezza, è la capacità di comprendere la propria individualità in tutte le sue peculiarità e di saperla sviluppare al meglio e inserirla nei contesti sociali di riferimento.

E quale migliore attività per sviluppare intelligenza intrapersonale di un cammino di due giorni con altre persone che condividono lo stesso obiettivo di sviluppo della propria consapevolezza?

Due giornate dedicate al proprio atteggiamento mentale, alla percezione di sé e allo sviluppo del proprio potenziale e dei propri talenti.



OBIETTIVI DEL CORSO

- Sviluppare la propria Intelligenza Intrapersonale
- Conoscere i principali modelli di Intelligenza Intrapersonale
- Migliorare il proprio atteggiamento mentale nei confronti delle difficoltà



Cammino dell'Intelligenza Intrapersonale

PROGRAMMA

- Cos'è l'Intelligenza Intrapersonale
- Area 1 - Consapevolezza di Sé
- Area 2 - Responsabilità di Sé
- Mod. Resistenze / Preferenze
- Esplorare il proprio Potenziale
- Apertura al Feedback
- Ricerca dei Feedback
- Modello S.A.G.R.A. IN CAMMINO
- Punti di Forza Personali
- Aree di Miglioramento Personali
- ABCP e Atteggiamento Mentale
- Il Dialogo Interno
- *Esercitazioni pratiche ON THE ROAD*

ISCRIZIONI

Le quote d'iscrizione sono le seguenti:

- **390€ + iva** (quota standard);
- **240€ + iva** (promo 30 gg prima).

La quota include:

- 2 giornate di formazione (16-20 h.);
- materiale didattico cartaceo;
- materiale didattico digitale;
- accesso all'area web riservata;
- attestato di partecipazione.

SCOPRI LE DATE

ISCRIVITI ON-LINE

INFORMAZIONI

Durata del corso

- 2 giornate IN CAMMINO (16-20 h)
- 1° giorno: 10:00-22:00
- 2° giorno: 07:00-17:00

Docenza

1 senior trainer del SOLE 24 ORE

Percorso

Variabile - ca. 40-50 km On The Road

Pasti e Pernotti

Gestiti in autonomia o decisi dal gruppo durante il cammino

Supporto - Autosufficienza

Il Cammino si svolge in autosufficienza, senza supporto auto.



Cammino dell'Intelligenza Relazionale

“Non ricorderai i passi che hai fatto
ma le impronte che hai lasciato.”

- Anonimo -

PRESENTAZIONE

L'Intelligenza Relazionale, conosciuta anche come Intelligenza Interpersonale, è la capacità di comprendere gli altri, le loro esigenze, i loro desideri e i loro timori, al fine di creare situazioni sociali favorevoli e di promuovere modelli sociali vantaggiosi per il gruppo e l'individuo.

In questo CAMMINO impareremo ad ascoltare meglio gli altri, a farli sentire ascoltati e capiti, e a interagire nelle relazioni in modo sintonico e funzionale agli obiettivi condivisi.

Scopriremo il potere del cammino nel creare relazioni sintoniche e libere da fastidiosi “rumori relazionali”.



OBIETTIVI DEL CORSO

- Conoscere i principali modelli di Intelligenza Relazionale
- Migliorare la propria capacità di entrare in relazione con gli altri
- Sviluppare uno stile relazionale sintonico e funzionale al tipo di relazione



Cammino dell'Intelligenza Relazionale

“La capacità di creare sane relazioni
ti porta molto lontano.”

- FYM -

PROGRAMMA

- Cos'è l'Intelligenza Relazionale
- Le 3 relazioni fondamentali
- Relazione con Sé
- Relazione con gli Altri
- Relazione con il mondo esterno
- Le dinamiche relazionali
- Contenuto e Relazione
- L'Ascolto Attivo
- Diversità come valore
- “Rumori Relazionali” da evitare
- Cooperare: Fidarsi e Affidarsi
- Equilibrio Relazionale
- *Esercitazioni pratiche ON THE ROAD*

ISCRIZIONI

Le quote d'iscrizione sono le seguenti:

- **390€ + iva** (quota standard);
- **240€ + iva** (promo 30 gg prima).

La quota include:

- 2 giornate di formazione (16-20 h.);
- materiale didattico cartaceo;
- materiale didattico digitale;
- accesso all'area web riservata;
- attestato di partecipazione.

SCOPRI LE DATE

ISCRIVITI ON-LINE

INFORMAZIONI

Durata del corso

- 2 giornate IN CAMMINO (16-20 h)
- 1° giorno: 10:00-22:00
- 2° giorno: 07:00-17:00

Docenza

1 senior trainer del SOLE 24 ORE

Percorso

Variabile - ca. 40-50 km On The Road

Pasti e Pernotti

Gestiti in autonomia o decisi dal gruppo durante il cammino

Supporto - Autosufficienza

Il Cammino si svolge in autosufficienza, senza supporto auto.



PRESENTAZIONE

L'Intelligenza Agonistica © è la capacità di misurarsi con le sfide, personali, professionali e sportive, accedendo a tutto il potenziale fisico, mentale, emotivo e relazionale a nostra disposizione, cercando anche di svilupparlo ulteriormente per le eventuali sfide future. L'Intelligenza Agonistica aiuta a vivere ed affrontare la sfida e la competizione, con sé e con gli altri, con equilibrio, puntando comunque alla massima performance realizzabile.

In questo percorso di Formazione IN CAMMINO ci saranno molte sfide, individuali e di gruppo.

* il costrutto di Intelligenza Agonistica è stato ideato e registrato dal **Prof. Giuseppe Vercelli**



OBIETTIVI DEL CORSO

- Conoscere l'Intelligenza Agonistica e applicarla al coaching sportivo
- Conoscere le principali tecniche di Mental Coaching Sportivo
- Sviluppare intelligenza agonistica in relazione alla propria attività sportiva



PROGRAMMA

- Cos'è l'Intelligenza Agonistica ©
- Tipologie di Performance
- Obiettivi di Risultato
- Obiettivi di Processo
- Peak Performance
- Endurance Performance
- Gestione dell'ansia da Prestazione
- Prestazione e Performance
- Attivatori mentali
- Lo stato di FLOW
- Performare per vincere
- Stress da gara e da allenamento
- *Esercitazioni pratiche ON THE ROAD*

ISCRIZIONI

Le quote d'iscrizione sono le seguenti:

- **390€ + iva** (quota standard);
- **240€ + iva** (promo 30 gg prima).

La quota include:

- 2 giornate di formazione (16-20 h.);
- materiale didattico cartaceo;
- materiale didattico digitale;
- accesso all'area web riservata;
- attestato di partecipazione.

SCOPRI LE DATE

ISCRIVITI ON-LINE

INFORMAZIONI

Durata del corso

- 2 giornate IN CAMMINO (16-20 h)
- 1° giorno: 10:00-22:00
- 2° giorno: 07:00-17:00

Docenza

1 senior trainer del SOLE 24 ORE

Percorso

Variabile - ca. 50-80 km On The Road

Pasti e Pernotti

Gestiti in autonomia o decisi dal gruppo durante il cammino.

Supporto - Autosufficienza

Il Cammino si svolge in autosufficienza, senza supporto auto.



IL CAMMINO della LEADERSHIP

“I leader indicano la via
e la percorrono per primi.”

- FYM -

PRESENTAZIONE

Il **CAMMINO della LEADERSHIP** è un percorso di alta formazione in LEADERSHIP che si svolge interamente ON THE ROAD.

L'obiettivo è sviluppare praticamente le competenze di leadership personale.

I partecipanti sono coinvolti in attività esperienziali individuali e di gruppo, dove devono confrontarsi con imprevisti organizzativi, difficoltà decisionali e attività che permettono lo sviluppo della leadership personale, del senso di responsabilità e del problem solving, individuale e organizzativo.

La Leadership personale si sviluppa attraverso il confronto continuo con le complessità e le difficoltà, mentali, emotive, decisionali e comportamentali, individuali e organizzative.



OBIETTIVI DEL CORSO

- Sviluppare le doti personali di leadership
- Sviluppare la propria capacità di gestione dello stress e delle difficoltà
- Acquisire strumenti di leadership pratici ed efficaci, e sperimentarli in strada



Il Cammino della LEADERSHIP

“Viaggiatore, non c'è sentiero,
il sentiero si fa mentre cammini.”

- Antonio Machado -

PROGRAMMA

- "Camminoscenza"
- Atteggiamento Mentale - A.B.C.P.
- Leadership e Fisiologia
- Stress Management
- Il potere del FOCUS
- Respiro e Meditazione Camminata
- Leadership Funzionale
- Leadership Situazionale
- Leadership Emotiva
- Alpha Leadership
- Gestione degli Imprevisti
- FEEDBACK e modello S.A.G.R.A.
- *Esercitazioni pratiche ON THE ROAD*

ISCRIZIONI

Le quote d'iscrizione sono le seguenti:

- **1.290€ + iva** (quota standard);
- **890€ + iva** (promo 90 gg prima).

La quota include:

- 5 giornate di formazione (50 h.);
- materiale didattico (cartaceo-digitale);
- accesso all'area web riservata;
- attestato di partecipazione;
- supporto logistico vettura di sicurezza.

SCOPRI LE DATE

ISCRIVITI ON-LINE

INFORMAZIONI

Durata del corso

5 giornate di cui 4 IN CAMMINO (50 h)

Partenza: 1° giorno ore 09:00

Chiusura corso: 5° giorno ore 16:00

Docenza

2 senior trainer del SOLE 24 ORE

Percorso

RIETI - ASSISI (oltre 100 km)

Pasti e Pernotti

Gestiti in autonomia o decisi dal gruppo durante il cammino.

Supporto e Sicurezza

Il Cammino prevede un servizio di **supporto logistico** con auto di sicurezza (anche per trasporto bagagli).



PRESENTAZIONE

Il **CAMMINO della RESILIENZA** è un percorso di alta formazione ad alta intensità e ad alto impatto emotivo, che ha l’obiettivo di sviluppare la resilienza personale.

Un percorso di oltre 200 km, che parte da **Dublino** e arriva a **Galway**: un *coast to coast* dal **Mar d’Irlanda** all’**Oceano Atlantico**, attraverso sentieri, colline, laghi, montagne e sfide mentali, fisiche, ed emotive.

Un corso unico nel suo genere, che permette di lavorare a fondo sulla propria capacità di confrontarsi con le difficoltà organizzative, le complessità decisionali e l’imprevedibilità degli eventi.

Un cammino che ha l’obiettivo di sviluppare e allenare la forza mentale, la forza emotiva e l’autodisciplina.



OBIETTIVI DEL CORSO

- Sviluppare Resilienza
- Sviluppare Equilibrio Emotivo di fronte alle difficoltà e agli imprevisti
- Sviluppare la propria capacità di gestione dello stress mentale ed emotivo



Il Cammino della RESILIENZA

“Non importa quante volte cadi,
ma quante volte cadi e ti rialzi.”

- Vince Lombardi -

PROGRAMMA

- C.A.P. e Modello di Espansione
- Resistenza
- Persistenza
- Equilibrio Emotivo
- Stress Management
- Tipologie di “urti”
- Stress e “urti” mentali
- Stress e “urti” emotivi
- Stress e “urti” organizzativi
- Leadership e Resilienza
- Gestione degli Imprevisti
- *Coaching ON THE ROAD*
- *Esercizi di Resilienza ON THE ROAD*

ISCRIZIONI

Le quote d'iscrizione sono le seguenti:

- **1.990€ + iva** (quota standard);
- **1.390€ + iva** (promo 90 gg prima).

La quota include:

- 8 giornate di formazione (80 h.);
- materiale didattico cartaceo;
- materiali didattici in digitale;
- accesso all'area web riservata;
- attestato di partecipazione.

SCOPRI LE DATE

ISCRIVITI ON-LINE

INFORMAZIONI

Durata del corso

8 giornate (80 h)

Partenza: 1° giorno ore 10:00

Chiusura corso: 8° giorno ore 16:00

Docenza

1 senior coach/trainer della Business School del SOLE 24 ORE ogni 8 pax

Percorso - IRLANDA

DUBLINO - GALWAY (oltre 200 km)

Pasti e Pernotti

Gestiti in autonomia o decisi dal gruppo durante il cammino.

Logistica

Il Cammino si svolge in autosufficienza, senza supporto logistico (solo zaino)



Sono scesi in strada con noi

“Serve coraggio a scendere in strada?”
“Ci vuole più coraggio a rimanere in aula imparando poco o nulla!”

- FYM -

GRUPPO **24** ORE

 **VENETO
BANCA**

 **UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PALERMO**

TEKLA 
porte finestre

 **ESERCITO**

 **24 ORE
BUSINESS SCHOOL**


**CONFINDUSTRIA
SALERNO**

**VAGHEGGI
PHYTOCOSMETICI**


language academy
www.languageacademy.it

 **BCC**
CREDITO COOPERATIVO
San Giovanni Rotondo

 **CSOT** Centro Studi di
Osteopatia Tradizionale

VALLE 3.0



TESTIMONIANZE: dicono del Cammino...

“Smettila di preoccuparti delle buche sulla strada e goditi il viaggio.”

- Anonimo -

“Esperienza fantastica ed indescrivibile, qualsiasi commento sarebbe riduttivo. Tante emozioni e tanti insegnamenti da poter mettere subito in pratica nella vita quotidiana, dall’ambito familiare a quello lavorativo.” - Fabrizio Colombo / Libero Professionista - 2012

“Il corso di formazione più incredibile, coinvolgente e sfidante che io abbia mai fatto. Dopo aver percorso così tanta strada e superato tante sfide, capisci che dentro ognuno di noi c’è una forza incredibile. Il cammino te la fa scoprire.” - Titta Di Marco / Odontoiatra - 2011

“Grazie per ogni singolo momento che mi ha permesso di conoscermi meglio... grazie anche perché siete semplicemente perfetti per arricchire mente corpo ed anima. Camminare con voi vuol dire camminare verso la parte migliore di sé.” - Elisa Prete / Imprenditrice - 2012

“Un’esperienza unica e singolare per le modalità in cui si svolge, il contesto e i contenuti. Un connubio esplosivo che colpisce al punto tale da lasciare scolpito nella mente un condensato di nozioni, emozioni ed esperienze forti. Il Cammino ti fa riscoprire valori, un diverso rapporto con l’ambiente e con l’energia il tutto intriso di grande spiritualità.” - Lucio De Rocco / Amministratore Delegato Banca IPIBI - 2014

“L’esperienza in Cammino si qualifica tra le esperienze formative più interessanti e stimolanti in assoluto, in quasi quarant’anni di carriera e di attività formative.” - Augusto De Benedictis / Direttore Generale Banca di Credito Cooperativo San Giovanni Rotondo - 2014

“Il Cammino della leadership è un percorso formativo straordinario per contenuti ed emozioni. L’esperienza da noi vissuta ci ha arricchito e ci ha dato tanti insegnamenti da applicare, non solo nella nostra vita professionale, ma anche, e soprattutto, in quella quotidiana familiare. Un’esperienza forte e da vivere assolutamente.” - Mauro Poli / Amministratore Delegato VenetAssicura - 2014

“Solo facendolo ho capito chi mi diceva ‘non si può spiegare, puoi solo farlo’ - Gennaro Cirillo / Ex Atleta Olimpico e Imprenditore - 2014



TESTIMONIANZE: dicono del Cammino...

“Anche un viaggio lungo mille miglia comincia con un piccolo passo.”

- Lao Tse -

“Ho fatto il Cammino in un momento particolare della mia vita, ed ho ritrovato in me stessa, quello che avevo perso e che stavo cercando. Sembra incredibile quante cose si possono scoprire e riscoprire passo dopo passo.” - Silvia Cesari / Imprenditrice - 2012

“Volevo fare il Cammino, anche se dentro di me c’era una parte che non pensava di riuscirci. Camminando ho scoperto che l’obiettivo non era solo camminare, ma camminare dentro se stessi, verso la massima consapevolezza!” - Gianni Malatesta / Pensionato - 67 anni - 2013

“Del Cammino non si può parlare. Lo si può solo fare, passo dopo passo. E state attenti ai formatori... se ne inventano di tutti i colori, sia per metterti in difficoltà, sia per farti trovare la forza e l’energia per farti arrivare!” - Gianni Cultraro / Pensionato - 64 anni - 2013

“Il Cammino è veramente magico. I paesaggi sono incantevoli, gli argomenti sono veramente utili e le sfide che si affrontano lo rendono un percorso di Crescita Personale unico. E anche dopo averlo fatto, si continua a camminare.” - Michele Fontana / Consulente Bancario - 2013

“Che dire di un’esperienza che si può solo vivere? Il Cammino va solo camminato. Ne sarete contenti.” - Monica Colombini / Medico - 2013

“Grazie al Cammino scopri la bellezza che c’è in te e la bellezza che c’è nel mondo intorno a te.” - M. Serena De Masi / Psicoterapeuta - 2013

“Il Cammino è un concentrato di energia. Energia che scopri dentro di te e intorno a te. Grazie.” - M. Assunta Monacelli / Naturopata - 2014

“Grazie per le belle sensazioni vissute, per le esperienze e per le sfide superate insieme.” - Teresa Pagliaroli / Psicologa (non vedente) - 2015

“La formazione in cammino è un’idea geniale! Scopri molte cose su di te, sulla tua mente e sulle emozioni.” - Silvano Valle / Architetto - 2015

“In Cammino si impara ad ogni passo, e si torna a casa con tanti chilometri di esperienza interiore.” - Teresa Lucignani / Insegnante - 2015



FAQ - Domande Frequenti 1/2

“Anche un viaggio lungo mille miglia comincia con un piccolo passo.”

- Lao Tse -

- **Bisogna essere allenati per fare Formazione IN CAMMINO?**
NO. Chiunque può farlo. Il Cammino è l'unica attività fisica senza controindicazioni.
- **Ma è difficile?**
L'impegno fisico ed emotivo sono variabili e dipendono dagli obiettivi formativi.
- **Ma cosa si fa in pratica?**
Si sviluppano gli stessi contenuti che si svilupperebbero in aula, con un maggior focus sulla PRATICA, con una maggior condivisione e sperimentazione immediata. La formazione IN CAMMINO non è un trekking, ma vera e propria FORMAZIONE.
- **Bisogna per forza portare lo zaino?**
NO. In alcuni cammini prevediamo l'auto di sicurezza e di supporto logistico.
- **Perché dovremmo fare formazione IN CAMMINO anziché in aula?**
L'uomo non è progettato per stare 8 ore al giorno seduto e la sedentarietà ostacola l'apprendimento. Il Cammino invece stimola la partecipazione, il coinvolgimento attivo continuo per tutto l'evento formativo e massimizza l'apprendimento esperienziale.



FAQ - Domande Frequenti 2/2

“La barca è più sicura nel porto, ma non è per questo che le barche sono state costruite.”

- Paulo Coelho -

- **Ma io non sono allenato/a...**

Hanno camminato con noi persone di 67 anni e in sovrappeso!

- **Ma io sento di non farcela...**

Anche questi dubbi e queste sensazioni fanno parte del Cammino.

Tutto ciò che temiamo o che ci aspettiamo dal Cammino fa parte del percorso di formazione. Lavoreremo insieme anche sui timori e sulle aspettative.

Durante il cammino vedremo come migliorare il nostro dialogo interno negativo.

- **E se dovessi incontrare problemi?**

Il cammino non è una gara o una performance. Si tratta di un corso di formazione. Anche fermarsi, spesso, fa parte dell'apprendimento. Abbiamo una vettura di sicurezza a supporto dei camminatori e per eventuali emergenze.

- **Ma come si fa a fare formazione in cammino?**

La formazione in cammino è 100% pratica, individuale e di gruppo.



CHI SIAMO - COMPANY PROFILE

Ci occupiamo di **sviluppo** delle **performance individuali** ed **organizzative**, di ricerca di **soluzioni organizzative strategiche** e **innovative**, di **sviluppo delle risorse umane** a 360° (soft skills).

Sviluppiamo talenti, alleniamo capacità, costruiamo competenze e condividiamo conoscenze, attraverso metodologie esperienziali, pratiche ed innovative.

Tutta la nostra formazione si focalizza sulla **ESPERIENZIALITÀ** con due caratteristiche:

- **AZIONE** → **IMPARARE FACENDO**
- **LUDUS** → **FARE** **GIOCANDO**

FYM, ESPERTI in ESPERIENZE!

SCARICA LA PRESENTAZIONE AZIENDALE

“Dimmelo e io lo dimenticherò, fammelo vedere e io lo ricorderò, lasciamelo fare e io lo imparerò.”

- Confucio -



FREE *Your* **MIND**
Formazione in Azione

FYM FORMazione in AZIONE è partner della
BUSINESS SCHOOL del SOLE 24 ORE



UNI EN ISO 9001 - Cert. 42136

UNI ISO 29990 - Cert. 42137





FREE *Your* **MIND**
Formazione in Azione

O TI FORMI,

O TI FERMI!

FYM s.r.l. - FORMAZIONE, CONSULENZA e COACHING

via Casilina, 379 - 00176 ROMA - P.Iva: IT11145681000 - Iscrizione REA: RM 1282083

Numero Verde 800.14.87.37 - Web: www.fym.it - Email: info@fym.it

AZIENDA CON SISTEMA DI GESTIONE PER LA QUALITÀ ISO UNI EN ISO 9001:2015 - CERTIFICATO CSQA N. 42136

AZIENDA CON SISTEMA DI GESTIONE PER I SERVIZI DI FORMAZIONE UNI ISO 29990 - CERTIFICATO CSQA N. 42137