



one minute coaching

One Minute Coaching

One Minute Coaching heeft haar oorsprong in de wereld van de topsport. Tijdens een wedstrijd heeft een coach vaak niet meer dan één minuut de tijd om een sporter of het sportteam een duwtje in de rug te geven om het gestelde doel te bereiken. Dit 'zestig seconden principe' blijkt een uitstekend middel om positieve invloed uit te oefenen in het 'hier en nu' en kan in veel gevallen effectiever zijn dan een gesprek van een uur.

Victor Mion, de grondlegger van One Minute Coaching, heeft deze methode de afgelopen 20 jaar verder doorontwikkeld voor teams en leidinggevenden.

One Minute Coaching heeft tot doel om in slechts 1 minuut iemand, waar je een band mee hebt opgebouwd, in beweging te brengen. Tijdens de sessie komen vijf verschillende coachingstechnieken aan de orde die door iedereen te leren zijn. Met deze technieken kun je jezelf, je peers en je medewerkers binnen 1 minuut coachen. Met het trainen van deze coachingstechnieken ontstaat:

1. Een team dat verantwoordelijkheid neemt voor eigen emoties, tijd en veranderingen.
2. Een team dat in beweging is en resultaten boekt.
3. Een team dat mentaal veerkrachtig is.

Over de trainer

Victor Mion heeft de afgelopen twintig jaar zo'n 30.000 deelnemers en zo'n 1.000 teams getraind en daarmee helpen versterken in de business omgeving van dat moment. Met zijn team- en individuele trainingen neemt de mentale veerkracht van de deelnemers toe. Hij heeft een viertal boeken geschreven, waaronder *One Minute Coaching, impact in 60 seconden* en is de bedenker van de Mion-cirkel.

One Minute Coaching is een handelsnaam van VM Corporation B.V.

A Hendrik Chabotstraat 6 | 5143 HD Waalwijk | T 0416 - 56 08 22 | E info@oneminutecoaching.nl | W oneminutecoaching.nl

IBAN NL85RABO0156557010 | BIC RABONL2U | KVK 18080765 | BTW NL815154628 B01



one minute
coaching



One Minute Coaching is een handelsnaam van VM Corporation B.V.

A Hendrik Chabotstraat 6 | 5143 HD Waalwijk | T 0416 - 56 08 22 | E info@oneminutecoaching.nl | W oneminutecoaching.nl

IBAN NL85RABO0156557010 | BIC RABONL2U | KVK 18080765 | BTW NL815154628 B01