



OPTIMIZAÇÃO DO RENDIMENTO EM ACTIVIDADES
DE PERFORMANCE
ACONSELHAMENTO NA ÁREA DO EXERCÍCIO E SAÚDE
COACHING EM PROCESSOS DE LIDERANÇA
COACHING PSICOLÓGICO
RESPONSÁVEL PROF. DOUTOR SIDÓNIO SERPA
MARCAÇÕES DE CONSULTAS NA RECEPÇÃO.



**GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS**



www.gcp.pt

GABINETE DE PSICOLOGIA DA PERFORMANCE E DO DESPORTO

OPTIMIZAÇÃO DO RENDIMENTO EM ACTIVIDADES DE PERFORMANCE

- Desporto (de Rendimento e Alta Competição);
- Trabalho (Desempenho e Liderança, Motivação, etc.);
- Artes Performativas (Música, Teatro, Dança...).

ACONSELHAMENTO NA ÁREA DO EXERCÍCIO E SAÚDE

- Motivação;
- Gestão Comportamental e Controlo de Peso.

COACHING EM PROCESSOS DE LIDERANÇA

- Empresarial, Desportiva, etc.

COACHING PSICOLÓGICO

- Competências de Concentração, Motivação, Regulação Emocional e Desenvolvimento Pessoal;
- Apoio Psicológico na Recuperação de Lesões Desportivas.

PREÇOS

PSICOLOGIA DO DESPORTO E PERFORMANCE ARTÍSTICA (ATLETAS E ARTISTAS):

- Primeira Entrevista: 60 euros
- Entrevistas Seguintes: 50 euros
- 8 Sessões: 350 euros

PSICOLOGIA DO EXERCÍCIO

- Primeira Entrevista: 60 euros
- Entrevistas Seguintes: 50 euros
- 8 Sessões: 350 euros

COACHING PARA CONTEXTO EMPRESARIAL

- Primeira Entrevista: 100 euros
- Entrevistas Seguintes: 90 euros

AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

- Inclui Relatório: 80 euros

LOCAL

PISO 1 - GAP (Gabinete de Apoio)



**GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS**

www.gcp.pt

PRAÇA GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS, Nº 1 1250-111 LISBOA

T: (+351) 213 841 580 · F: (+351) 213 841 589

INFO@GCP.PT · [FACEBOOK.COM/GINASIOCLUBEPORTUGUES](https://www.facebook.com/ginasioclubeportugues)