

**MENTALLY  
FIT**



**ENERGY FOR PERFORMANCE**



**ACERCA DE**

# MENTALLY FIT INSTITUTE

## GAME-CHANGERS EN EL MANEJO DEL RENDIMIENTO HUMANO

### ELEVA TU JUEGO AL SIGUIENTE NIVEL

Personas y equipos **energizados** impulsan un **mejor rendimiento**.

Este es el enfoque de Mentally Fit: **aumentar la energía** de personas, equipos y organizaciones en su búsqueda del **salto cualitativo**. Acompañamos **equipos Olímpicos, Escuelas de Negocios y Compañías Fortune 500** para impulsar su evolución hacia una **Mentalidad Ganadora** que le permita alcanzar mejores resultados de una **forma más sostenible**.



### CIENCIA DEL DEPORTE APLICADA AL NEGOCIO

Desde más de **25 años**, Mentally Fit sigue desarrollando una **metodología única** inspirada en la **ciencia dura** detrás de los **deportes** de alto rendimiento.

El “terreno de juego” representa un laboratorio poderoso para una comprensión profunda de las **dinámicas humanas**. Enriquecidos por esta mezcla muy peculiar de experiencias, nuestros expertos viajan **alrededor del mundo** para **inspirar y desafiar** entornos de alto rendimiento sobre cómo **aumentar la energía personal**, la **colaboración de equipo** y la **cultura organizacional**.

Aunque la metodología se basa en el coaching deportivo, los participantes no necesitan ser fanáticos del deporte para relacionarse con los conceptos.

### HERRAMIENTAS SIMPLES, GRÁFICAS Y LISTAS PARA USAR

¡Dejamos explicaciones complejas y clases teóricas a profesores y consultores! Como coaches aprendimos que la mejor manera de hablar con los atletas es a través de una comunicación muy **simple y visual**.

¡Basado en los últimos descubrimientos de la neurociencia, desarrollamos una técnica **human-friendly** para **co-crear nuestras herramientas** con los participantes durante los talleres en tiempo real!

Este enfoque nos permite **aumentar la comprensión** facilitando la **aplicación de las herramientas** a partir del día 1 después de los talleres.



### DEL CONOCIMIENTO A LA ACCIÓN

¡Las ideas no valen nada sin acción!

Los expertos de Mentally Fit son **agentes de cambio altamente comprometidos**. Su misión en el campo no es solo inspirar a través de herramientas, historias y metodologías, sino que también se especializan en **desafiar a los participantes** para que **emprendan acciones individuales y colectivas**.

Nuestras intervenciones están diseñadas para proporcionar una **experiencia totalmente interactiva** compuesta por **mediciones en vivo** y **ejercicios prácticos** donde los participantes pueden **transformar de inmediato el conocimiento en acción**.

Cada taller concluye cuando cada participante ha establecido un plan de acción detallado.



# LOS 3 NIVELES

## DEL RENDIMIENTO ORGANIZACIONAL

La **Energía Organizacional** tiene un impacto directo en el **Rendimiento Financiero Corporativo**. En el entorno de negocio actual, el **Manejo de la Energía Humana** representa un elemento imprescindible para **sustentar** el **Crecimiento Corporativo**. **Energizar a las personas, los equipos y los líderes** es la "clave del juego" para las organizaciones que aspiran a ganar su campeonato cada año. Después de mapear sus necesidades, nuestros expertos co-crearán con usted un programa a medida alineado con sus objetivos estratégicos. La siguiente es una descripción general de un esquema típico del programa Mentally Fit.



### 1. ENERGIZANDO PERSONAS EL PODER DE LA ENERGÍA PERSONAL

#### → EL ATLETA CORPORATIVO

01 CÓMO FUNCIONA LA ENERGÍA HUMANA

02 CÓMO RECARGAR MIS BATERIAS

03 CÓMO LIDIAR CON EL ESTRESS

04 CÓMO LOGRAR MI RENDIMIENTO TOP



### 2. ENERGIZANDO EQUIPOS EL PODER DE LA COLABORACIÓN

#### → EQUIPOS GANADORES

01 PROPÓSITO DEL EQUIPO

02 COMPROMISO DEL EQUIPO

03 EQUIPO DE ALTO RENDIMIENTO

04 SOSTENIBILIDAD DEL EQUIPO



### 3. ENERGIZANDO ORGANIZACIONES EL PODER DE LA CULTURA

#### → LÍDER-COACH ÁGIL

01 LÍDER INSPIRADOR

02 LÍDER-COACH

03 EL LÍDER DE EQUIPO

04 EL LÍDER EMPODERADOR

## QUÉ DICEN LOS PARTICIPANTES DE NOSOTROS



 DIRECTAMENTE APLICABLE 96.3%

 EXPERTOS DE MENTALLY FIT 97.5%

 RECOMIENDAN A MENTALLY FIT 98.7%

¡NOS APASIONA GANAR!





# ¿CÓMO LO HACEMOS?

## 4 FORMATOS DE INTERVENCIÓN

01



HERRAMIENTAS &  
TEMAS

### TALLERES DE GRUPO MÁX 15 PARTICIPANTES

En el puro estilo de **coaching de equipo**, animamos sesiones energizantes donde los participantes pueden experimentar una verdadera atmósfera de "**vestuario de equipo**". Nuestros expertos están especializados en crear un entorno poderoso de **confianza y desarrollo** en el que los participantes se sientan empoderados para asumir el desafío de trabajar en su propio desarrollo. Cada taller presenta una proporción de **20-80** entre la animación de herramientas inspiradoras y actividades enfocadas en la definición de planes de acción concretos.

MANEJO DE LA ENERGÍA PERSONAL – COLABORACIÓN DE EQUIPO – LEADER/COACH ACADEMY Y MUCHO MÁS...

02



HERRAMIENTAS &  
TEMAS

### EVENTOS & CONFERENCIAS GRAN AUDIENCIA

Expertos de Mentally Fit reconocidos internacionalmente subirán al escenario con un objetivo: **¡inspirar a las personas a tomar acciones!** Una Conferencia de Mentally Fit es un poderoso *mix* de herramientas extraídas de los últimos descubrimientos científicos en la **gestión del rendimiento humano** respaldados por ejemplos del **mundo deportivo y corporativo**. Nuestros expertos son especializados en estimular la participación de la audiencia a través de su actitud energética, mediciones en vivo y preguntas directas.

RENDIMIENTO SOSTENIBLE – IMPULSANDO LA ENERGÍA ORGANIZACIONAL – CREANDO UNA MENTALIDAD GANADORA – REFORZANDO LA COLABORACIÓN DE EQUIPO – EL LÍDER/COACH – EVOLUCIÓN CULTURAL

03



HERRAMIENTAS &  
TEMAS

### DESARROLLO INDIVIDUAL 1a1

El objetivo de las sesiones individuales podría describirse en esta cita poderosa: a veces las cadenas que nos impiden alcanzar nuestro pleno potencial son más mentales que físicas. Nuestros **Coaches Mentales** especializados de Mentally Fit implementarán caminos de **desarrollo personalizados** para permitir que cada talento individual mejore drásticamente su desempeño como **líder corporativo**.

MANEJANDO MI PROPIA ENERGÍA – LIDERANDO MI EQUIPO – INSPIRANDO A LOS TRABAJADORES – LIDIANDO CON LA ALTA PRESIÓN – ACLARANDO EL PROPÓSITO – PLAN DE CARRERA

04



HERRAMIENTAS &  
TEMAS

### MEDICIONES INDIVIDUAL & COLECTIVA

La experiencia de deporte profesional nos ha acostumbrado a lograr **altos niveles de rendimiento** en un período de tiempo muy estrecho. El rendimiento es lo que, en última instancia, define a cada atleta, equipo o enteras organizaciones y una de las formas más poderosas de mejorarlo es mediante la **medición de indicadores individuales y colectivos**. Mentally Fit desarrolló herramientas de medición validadas científicamente que proporcionan a las organizaciones potentes análisis de datos para mejorar la gestión del rendimiento.

ESCANEO DE ENERGÍA PERSONAL – PUNTAJE DE DINÁMICAS DE EQUIPO – AUDITORÍA LÍDER/COACH – EVALUACIÓN 360° DE ALTO RENDIMIENTO



# → CAMPOS DE APLICACIÓN

## OLIMPICO



Es en el campo del deporte en donde nos encontramos con nuestra verdadera alma. Desde 1996 acompañamos a atletas, equipos y Comités Olímpicos Nacionales en su **búsqueda de medallas de oro**.



## ACADÉMICO



Desde la fundación de Mentally Fit, hemos brindado **experiencias de aprendizaje innovadoras** para ejecutivos de empresas de todo el mundo. En el entorno empresarial que cambia rápidamente en la actualidad, se requiere que los principales líderes evolucionen hacia un **estilo de gestión más ágil**. Enriquecidos por nuevas perspectivas globales, herramientas directamente aplicables y prácticas educativas orientadas a la acción, apoyamos a los **altos ejecutivos** a alcanzar nuevas alturas en su desempeño como líderes.



## CORPORATIVO



Desde 1996 transferimos las mejores prácticas comprobadas del coaching deportivo profesional al negocio. Operando en **4 continentes**, fomentamos la implementación de acciones de transformación que apoyan el crecimiento corporativo en cada etapa. Cada año, **más de 10.000 participantes** de organizaciones globales asisten a nuestros programas **en todo el mundo**.





# ENERGIZANDO COMPAÑÍAS ALREDEDOR DEL MUNDO

COTACTO: [HOLA@MFLATAM.COM](mailto:HOLA@MFLATAM.COM)

VISÍTANOS: [WWW.MENTALLYFIT.GLOBAL](http://WWW.MENTALLYFIT.GLOBAL)

SÍGUENOS EN LINKEDIN : MENTALLY FIT INSTITUTE LATAM

¿ESTÁS LIST@ PARA PENSAR, SENTIR Y ACTUAR  
CON ENERGÍA?

