

# VISIT ME ONLINE

## WEBSITE

<https://yoriyokuikiru.com/>

## INSTAGRAM

[coaching.lab.tranquilla](https://www.instagram.com/coaching.lab.tranquilla)



## LINE

<https://lin.ee/2snNvhgMI>

セッションお申込みまたはお問い合わせは上記い  
ずれかからお気軽にどうぞ

## まずは体験セッションをどうぞ

コーチングセッションははじめて  
何をするのか知りたい  
よこやまがどんな人か知ってから決めたい  
と戸惑うのもわかります  
そんな方には体験セッションをご用意してい  
ますのでぜひご利用を

## 体験セッション

50分 1000円

# CONTACT ME

## E-MAIL

[info@yoriyokuikiru.com](mailto:info@yoriyokuikiru.com)

## PHONE

09017478785

コーチング・ラボ・トランキラの  
よこやまじゅんこと申します  
私の仕事は あなたが自分と対話して 自分  
が自分にOKを出せるようになるお手伝いをす  
ることです

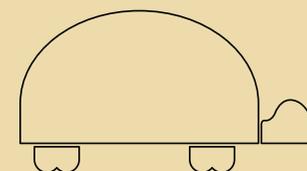
仕事のこと 子どものこと 夫婦のこと  
先の見えなさに いらだちを覚えたり  
不安や焦りでいっぱいになったり。。。  
でも、ほんとは小さくても一歩踏み出したい  
と思ってる  
そんな時、コーチと話すことで自分の本当の  
思いを見つけて動き出すことができるように  
なります

## PROFILE

を詳しく知りたい  
方はこちらから⇒



# TRAN COACHING LAB QVILLA



## DIALOG

自分にとってちょうどいい  
バランスを選ぶ

「自由に選んでいいんだよ」  
そう自分に言える女性を増やしたい

# TRAN QVILLA

## MENU



Know Yourself  
Choice Your Life

### コーチングセッションは 何する時間？

あなたの今悩んでいることや叶えたいと思っ  
ている夢についてコーチと話します  
コーチはあなたに様々な問いかけをし、  
それに対してあなたが考え、答え、行動する  
ことで  
ヤリタイことをやりナリタイ自分  
へと近づいていきます

整体やマッサージで体を整えるように、コー  
チとの対話の時間はあなたの頭と心を整える  
時間です

### COACHING SESSION

単発	60分	¥5,000
継続	回数×60分	¥5,000

自分のタイミングで必要な時だけ話をきいて  
ほしいという方は単発セッションがオススメ

#### 継続セッションをオススメしたい方

- ・セッションを継続的に受けることで頭と心  
を定期的にメンテナンスしたい方
- ・何か行動を継続させたい方  
どんな小さなことでも行動を続けていくこと  
で思ってもみなかった場所に到達できること  
があります  
自分一人だとどこかで怠けてしまいそうだけ  
ど、コーチと定期的に話し、行動を約束する  
ことで確実に前に進めます

### STRESS CLEAR COACHING®

単発	90分	¥8,000
継続	回数×90分	¥8,000

人は「○○できなくて困っているんです」とい  
う時、必ず「ほんとは○○したいんだけど」と  
いう願いをセットでもっています

このギャップがあるから苦しくなるわけです

ストレスクリアコーチング®はギャップに思  
えていたものが実は同じ根から出た双子の葉  
っぱだと分かることで本当の自分の進みたい  
方向が見えるセッションです

苦しいもやもやを抱えていて前に進めない  
人生で本当に大事にしたいことを見つけたい

そんな方におすすめです