



**Trouvez votre tempo  
pour accélérer  
vos performances commerciales !**

# rythme n. m.

Retour à intervalles réguliers d'un repère constant ;  
alternance de temps forts et de temps faibles.

*“Tout est rythme. Comprendre la beauté, c’est parvenir à  
faire coïncider son rythme propre avec celui de la  
nature” (le Clézio)*





**“5 séances pour doper votre stratégie commerciale,  
sans galérer sur des méthodes qui n'ont aucun sens avec votre quotidien,  
même (surtout) si vous pensez que la prospection, c'est pas votre truc ! ”**

**Stéphanie Bonnel**

Dirigeante fondatrice de Adeect | Créatrice de la méthode RYT.M

<https://adeect.fr/>



- ① **Définissez une stratégie commerciale** efficiente.
- ① **Travaillez vos compétences** techniques et comportementales.
- ① **Progressez** grâce au regard d'autres dirigeants.
- ① **Trouvez votre tempo** pour booster votre business.





**6 mois pour trouver votre tempo  
et accélérer vos performances  
commerciales.**

- ⊙ **5 journées d'atelier collectif en présentiel**
- ⊙ **3 entretiens individuels**
- ⊙ **Des travaux d'intersessions en binôme**
- ⊙ **Des outils et des méthodes de travail adaptés**
- ⊙ **1 Plan d'actions SMART\***

\* Pour connaître la signification du E, appelez-moi.



## 5 conditions pour intégrer



1. Vous dirigez une entreprise & vous avez une problématique Business.
2. Vous manquez de temps ou de méthode.
3. Vous avez peur de vous planter.
4. La prospection, c'est pas votre truc !
5. Vous voulez que ca change !!

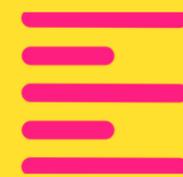


# Programme



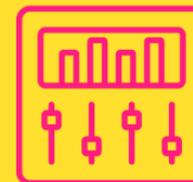
## Temps 1 (m) : **Accordage**

Vos valeurs ; fondement de la stratégie



## Temps 2 (m + 1) : **Set list**

Vos objectifs stratégiques



## Temps 3 (m + 2) : **Balance**

Vos techniques de vente et de négo



## Temps 4 (m + 3) : **Jam session**

Vos pitches (en scène !)



## Temps 5 (m + 4) : **Live**

Votre RYT.M



Je ne suis pas musicienne, pourtant, la musique occupe une place essentielle dans ma vie.

Elle m'accompagne dans chaque émotion, chaque souvenir, chaque instant où je ressens le besoin de vibrer différemment.

Une chanson suffit à raviver mes souvenirs, à m'immerger dans une émotion spécifique, à me plonger dans un état d'esprit particulier ; je choisis une musique en fonction de ce besoin, de cette intention.

Tout cela est intrinsèquement lié au rythme.

Le rythme, c'est la pulsation, celle que je ressens physiquement, un peu comme le battement de mon cœur. Il est là, discret, omniprésent, que j'y prête attention ou non. Il suffit de m'arrêter un instant et me concentrer, pour sentir, entendre mon cœur battre. Grâce à lui, tout mon corps est irrigué, il rythme ma vie, s'adaptant à mes efforts, mes mouvements, mes émotions.

Le rythme, c'est aussi le mouvement, celui qui me pousse à évoluer, à voir les choses sous un autre angle, à aller vers l'autre, à m'adapter et être agile.

En clair, le rythme pour moi, c'est le cœur, la tête et le corps ; et quand tout ça s'aligne, je carbure !

La méthode RYT.M est née de tout cela et de cette conviction que j'ai qu'un dirigeant/ un leader doit rester en mouvement et être pleinement conscient de son rythme, pour l'impulser et accompagner ses équipes, ses clients, ses partenaires.

Ce rythme là, c'est celui de la performance.

**Stéphanie Bonnel**

*Dirigeante Fondatrice de Adeect*



# Stéphanie Bonnel

+33 6 69 18 24 23

[stephanie@adeect.fr](mailto:stephanie@adeect.fr)

Pour connaître nos prochaines dates  
et en savoir plus sur le programme,  
rendez-vous [ici](#) 😊

