

Como se tornar um Alpha

Aqui você irá aprender como se tornar um homem de respeito, com poucas qualidades a princípio, serve pra você que quer ter um destaque ou ser um pouco diferente, com o básico, não é uma regra o que iremos abordar mas se atente alguns detalhes no decorrer de nossa explicação, se você não sabe por onde começar, está no lugar certo, nossa intenção é fazer a diferença sem mudar nossa personalidade, pra está incluso no elo social, não é necessário gastar rios de dinheiro a não ser que seja uma opção sua, mas como falamos não é uma regra, e sim baseado em fatos do cotidiano. Antes de iniciarmos gostaríamos de agradecer por você está aqui, com certeza depois de nossas ideias e ajustes você não sairá daqui o mesmo, e se obter qualquer dúvida entre em contato com agente, só queremos que você evolua, e se sinta bem, então vamos nessa para se tornar um alpha, com informações certas sem clichê de opinião, se concentra, respira e vamos nessa !!!!

1. Em primeiro lugar se atente em quem você é, sua personalidade, e nos seus gostos.
2. Reflita sobre suas dificuldades e se pergunte porque não consegue alcançar seu objetivo.
3. Não mude por causa dos outros e sim porque você quer e você está pronto.
4. Tenha confiança em si mesmo, saiba que é capaz de conseguir,.
5. Analise as pessoas que você anda e veja se condiz o que você é.
6. Melhore o seu vocabulário, leia bons livros, e sempre esteja ligado a novidades.
7. Tenha uma postura reta e contato visual firme.
8. Optar por um corte de cabelo, que combine com seu formato de rosto é uma boa.
8. utilize acessórios que combine com suas roupas.
9. Nem sempre ser aleatório é algo bom, muitas vezes se perde nas próprias informações.
10. Faça o que muitos não fazem.
11. Sempre seja atento em pequenos detalhes
12. Roubas básicas de fato faz diferença, pessoas esperam por o simples que dá certo.

13. críticas fazem parte, mas se acostuma.

14. Cuide do seu sorriso

15. Aposte em um bom perfume

16. Tenha uma alimentação saudável, ajuda em vários fatores.

17. observe o tamanho das roupas para o seu físico

18. Estude assuntos diversificado

19. Uma boa noite de sono é sim uma recompensa

20. Agora se torne um alpha de respeito !!

Agradecemos por chegar até aqui, você não sera mais o mesmo, agora só colocar em pratica.

Nossa missão é ajudar, a ser uma pessoa melhor, estaremos por aqui se precisar, faça a diferença, seja melhor que você mesmo todos os dias, batalhe, jogue duro, dias difíceis sempre irão existir mas um alpha não desiste, da um tempo e volta co tudo, você não está sozinho, dias melhores virão, a hora de brilhar ainda vai chegar só não desistir.