



— BLICK

WEIT

LIFE COACHING
WOCHENENDE
18. – 21. OKT. 2018

HOTEL MAMA THRESL
LEOGANG, ÖSTERREICH

DEN KOPF FREI BEKOMMEN UND
DEN INNEREN KOMPASS NEU JUSTIEREN!

Das Leben fühlt sich manchmal an, als sei die Talsohle erreicht. Das heißt nicht, dass die Dinge nicht gut laufen. Aber der Alltag raubt einem die Energie, um neue Wege und Ziele zu erkennen und entscheidende Schritte zu setzen. Oft verharrt man in bestehenden Situationen, der Blick ist eingeschränkt. Etwas fehlt. Innere Unruhe macht sich breit. Die Sehnsucht nach tiefer Zufriedenheit wächst.

Sie möchten wieder ganz bei sich selber sein? Sie sehnen sich danach, in sich hineinzufühlen und Steine aus dem Weg zu räumen? Ihren Kompass so einzustellen, dass Sie wieder ein Leben im Einklang mit sich selber führen? Nehmen Sie sich eine Auszeit, bekommen Sie den Kopf frei und justieren die Route für Ihren weiteren Lebensweg. Der Gewinn an Selbstreflexion und Klarheit steigert die Lebensqualität und ermöglicht den Zugang zu beruflicher und privater beziehungsweise ganzheitlicher Erfüllung.

PRIORITÄTEN ERKENNEN

Spüren Sie sich selber, hören Sie in sich hinein, erkunden Sie Ihren Lebenspuls! Finden Sie unterstützt von erfahrenen Life-Coaches Antworten auf Fragen wie *Wo stehe ich gerade?* oder *In welche Richtung soll es gehen?*. Lassen Sie zu, dass Frischluft den Kopf durchströmt, die Bewegung in der Natur wird Körper und Geist wie von selbst auf die Sprünge helfen. Sie werden spüren, wie sich vieles lichtet, Klarheit wächst, sich Haltungen entwickeln. Erkennen Sie Prioritäten und werden Sie sich über Ihre Selbstwirksamkeit bewusst! Gönnen Sie sich Zeit für sich und Ihre Lebensthemen!

AUSZEIT IN DEN BERGEN

Beim exklusiven zweieinhalbtägigen Life Coaching Wochenende *Weitblick* im 4-Sterne Design Hotel *Mama Thresl* in Leogang schreiben Sie Ihre persönliche Gipfelstory. Das Kurz-Sabbatical in Österreich inmitten der inspirierenden Naturlandschaft der Salzburger Berge ermöglicht nicht nur Weitblick auf die umliegenden Gipfel, sondern auch einen 360°-Blick auf Ihr Leben.

Entspannen Sie bei Wanderungen, Yoga oder Meditation und genießen Sie die hochwertige regionale Bio-Küche.

WERTVOLLES RÜSTZEUG FÜR DIE ZUKUNFT

Sie profitieren nicht nur von einer reflektierenden Standortbestimmung Ihres eigenen Ichs, sondern erkennen Ressourcen, definieren Ziele und kreieren Ihre individuelle Roadmap und Ihr Vision Board. Nach diesem Wochenende werden Sie reflektiert und selbstbestimmt Ihren Weg gehen.

INDIVIDUELLE BEGLEITUNG

Bei der Teilnahme am exklusiven Life Coaching Wochenende kommen Sie in den Genuss einer sehr individuellen Begleitung. Die Gruppe besteht aus maximal 15 Teilnehmern und wird von drei erfahrenen Coaches betreut. Die Themen werden im geschützten Rahmen beziehungsweise in Einzelgesprächen behandelt. Diese Konstellation bietet ein exklusives, intensives und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenes Auszeit-Erlebnis.

Auch nach dem Wochenende ist es möglich, die Coachings weiterzuführen. Diese können individuell mit den Coaches für Hamburg, München, Berlin, Salzburg oder per Skype vereinbart werden.



IHRE COACHES



SABINE WIESER

„KLARHEIT SCHAFFEN UND DIE
PERSÖNLICHKEIT WEITERENTWICKELN“

Aufgewachsen in den Salzburger Bergen, ist Sabine Wieser heute selbständig als Business & Life Coach sowie Human Resources Interim Manager in Hamburg tätig. Mit Begeisterung unterstützt sie Menschen dabei, aus ihrer Komfortzone zu kommen und gemeinsam an Themen der persönlichen Entwicklung, Life-Balance, Klarheit und Mut zu arbeiten. Zu ihrer Klientel zählen Führungskräfte, Teams in Unternehmen und Privatpersonen.

www.sabine-wieser.com



JULIA STÄDTLER

„BLOCKADEN LÖSEN UND
VERÄNDERUNGEN ANNEHMEN“

Die Gründerin des Unternehmens Dear Future hat jahrelange Erfahrung als Sportmanagerin und kennt die Ursprünge des Coachings. Ihre Begeisterung liegt in einem ganzheitlichen Ansatz, sich von inneren Blockaden zu lösen, Veränderungen anzunehmen und Ziele zu verfolgen, die stets der eigenen Lebensqualität dienen. Zu ihrer Klientel gehören neben Privatpersonen und Firmen auch Spitzensportler. Business & Familie, Hund & Kind, Stadt & Land – für Julia kein „Entweder oder“ sondern vereinbar und inspirierend.

www.dearfuture.de



CLAUDIA SCHMIDTKE

„NEU ORIENTIEREN UND
LEBENSTRÄUME UMSETZEN“

Von Berlin nach Hamburg, Madrid und wieder zurück: Claudia Schmidtke hat viel Know-How in Projektmanagement und Teamleitung, von großen Konzernen bis zu Start-ups. Heute begleitet sie als Life & Business Coach Klienten mit dem Wunsch nach beruflicher Neuorientierung, einer sinnstiftenden Tätigkeit und der Umsetzung von Lebensträumen. Die Veränderungen in der Arbeitswelt, das Schlagwort New Work und die Berliner Start-up-Szene beobachtet Sie mit großem Interesse und Begeisterung.

www.schmidtke-coaching.de

UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK

- **Intensives 2,5-tägiges Coaching Wochenende in den Salzburger Bergen begleitet von drei erfahrenen Life-Coaches** aus Hamburg, München und Berlin
- **Coaching Sessions in der Gruppe**
 - Reflexion und Standortbestimmung
 - Ressourcen und Zieldefinition
 - Strategie und Roadmap
- **Ein individuelles Einzelcoaching** (60 min) pro Person
- **Body-Soul-Sessions** (Yoga, Meditation, geführte Wanderung)
- **Unterbringung im 4-Sterne Design Hotel Mama Thresl, Leogang**
„urban soul meets the alp“ www.mama-thresl.com
 - 3 Nächte im Doppelzimmer *„woodenstyle plus“* (zur Einzelnutzung) mit Balkon und atemberaubenden Blick auf die Leoganger Steinberge, Felsendusche, kostenfreies Highspeed WLAN
 - Nutzung der finnischen Sauna mit Panorama Blick inkludiert
 - Hochwertige Bio-Küche mit Produkten aus der Region inkl. alkoholfreier Getränke. Angebote für Vegetarier vorhanden.
- **Off-site Event auf der Huwi's Alm** inkl. Taxi und Essen

In idyllischer Lage auf einem Hochplateau, 1.100 m über Leogang, liegt die Huwi's Alm mit einem fantastischem Weitblick. Der Empfang findet im Freien statt mit Blick auf's Steinerner Meer. Danach geht es in die gemütliche Alm zum „Hut-Essen“ www.priesteregg.at/de/gasthaus/huwis-alm.php

„Urbaner Luxus trifft auf modern interpretierte ländliche Elemente – ein großartiger Spagat zwischen High End Services und lässigem Lifestyle“

(Connoisseur Circle anlässlich des Rankings unter die Top 21 Designerhotels)



AGENDA

– ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN –

DONNERSTAG, 18.10.2018

ABENDS Begrüßung: Intro und Ablauf
 Dinner @ Mama Thresl

FREITAG, 19.10.2018

VORMITTAGS Coaching Impuls I: Reflexion und Standortbestimmung

MITTAGS Lunch

NACHMITTAGS Coaching Impuls II: Ressourcen und Zieldefinition
 Optional: Body-Soul-Session

ABENDS Abfahrt zu Huwi's Alm / Dinner @ Huwi's Alm

SAMSTAG, 20.10.2018

MORGENS Optional: Body-Soul-Session: Yoga (Atemübungen, Asanas, Meditation)

VORMITTAGS Coaching Impuls III: Strategie und Roadmap

MITTAGS Lunch

NACHMITTAGS Individuelle Sessions
 · Einzelcoachings
 · Kreativarbeit, Vision Board
 · Optional: Geführte "Weitblick" Wanderung (bei gutem Wetter)

ABENDS Dinner @ Mama Thresl

SONNTAG, 21.10.2018

MORGENS Individuelle Sessions
 · Einzelcoachings
 · Kreativarbeit, Vision Board
 · Optional: Geführte "Weitblick" Wanderung (bei gutem Wetter)

Round up in der Gruppe

MITTAGS Abfahrt (inkl. Lunchbox)

PREISE

– INKLUSIVE MEHRWERTSTEUER –

REGULÄRER PREIS		1.899 EURO
-----------------	--	------------

EARLY BIRD

Bei Buchung bis 15.04.2018	-7%	1.766 EURO
----------------------------	-----	------------

BRING A FRIEND

Bei einer Weiterempfehlung, die mit einer Buchung verbunden ist	-5%	1.804 EURO
--	-----	------------

Unsere Rabatte können auch kombiniert werden.

Bsp.: Für eine Weiterempfehlung und die Buchung bis 15.04.2018 bekommen Sie 12% Rabatt.

INFOS ZUR ANREISE

- Per Auto vom Flughafen Salzburg (ca. 1h), von München (ca. 2h)
- Per Regionalexpress vom Hauptbahnhof Salzburg (ca. 2h), vom Flughafen Salzburg (ca. 2,5h)

Wir bieten an, die Kontaktdaten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Verfügung zu stellen, so dass ggf. gemeinsame An- und Abreisen abgestimmt werden können.

