„Führen ist die Kunst,
den Schlüssel zu finden, der die Schatztruhe
des Mitarbeiters aufschließt.“

Anselm Grün

IHRE GASTGEBER: Familie Wetzel - Hotel Restaurant Schwanen****

IHR EXPERTE, TRAINER UND COACH: Steffen Stoll

IHR WEITERER TRAINER: Oliver Garn

IHR INVEST: 1.680.- EUR zzgl. MwSt.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- 2,5 Tage Intensiv-Seminar in Metzingen
- Umfassendes Skriptmaterial und Handouts
- 2 Übernachtungen im Hotel-Restaurant Schwanen****
  (Einzelzimmerbelegung, Kategorie Large)
- Vollpension an allen Seminartagen
- Seminarverpflegung inkl. Getränke
- Extra großer Seminarraum

Steffen Stoll
Fitnesstrainer
Mentaltrainer
Systemischer Coach

Oliver Garn
Dozent
Physiotherapeut
Osteopath, Heilpraktiker

SISTEM 4 LIFE | OLIVER GARN | Schwanen HOTEL & RESTAURANT METZINGEN

www.groeber-garn.de

www.hotel-schwanen-metzingen.de

SISTEM 4 LIFE GmbH
Menschen beWEGen – denn Erfolg ist freiwillig!
Training.Coaching.Mentoring.

Steffen Stoll | Geschäftsführer | Ulmenweg 16 | 72663 Großbettlingen | Deutschland
Telefon: +49 (0)7022 246 5051 | Mail: steffen.stoll@sistem4life.de | www.sistem4life.de

Finden Sie uns!

KÖRPER GEIST FÜHRUNG

SISTEM 4 LIFE

Willkommen…

… beim exklusiven Intensiv-Seminar abseits der Routine. Wir ermöglichen Transformationsarbeit der etwas anderen Art. Schärfen Sie Ihr inneres Selbstbild, um damit die eigenen Führungsqualitäten zu optimieren. Wir arbeiten mit den vier Grundelementen Bewegung und „Ent-Spannung", Ernährung und Einstellung. Im geschützten Rahmen unter Gleichgesinnten verfolgen wir gemeinsam das große Ziel: gewinnende und gewinnbringende Führung.

Von null auf zehn binnen 60 Stunden

Zehn Ideen der Führung stehen im Fokus unseres Seminars. Im Rahmen unserer 2,5 Tage absolvieren Sie nicht nur Ihre eigene Leistungsdiagnostik, sondern bekommen diverse Erkenntnisse zur Selbstwahrnehmung. Ob Visionen oder Energie, ob Kommunikation oder Rolle: Das Training zeigt Ihnen anhand verschiedener Impulse die passenden Werkzeuge und bringt Sie in völlig neue Handlungsfähigkeit.

Anhand vieler praktischer Übungen (er)leben Sie physischen und psychischen Widerstand. Mit Hilfe selbstreflektierender Methoden nutzen Sie Ihre Produktivität, trainieren Haltung auch in Konfliktszenarien und erzeugen innere Inseln zum achtsamen Umgang für gesundes Führen.

Dabei führen wir Sie an Grenzen – und weit darüber hinaus. Im Blick haben wir stets die Lösungsorientierung, die ideale Befähigung im Rahmen der eigenen Leistungsstufen mit sofort anwendbaren Erkenntnissen.

Steffen Stoll
Trainer.Coach.Mentor.

Menü "DER GEWINN: MIT KÖRPER & GEIST."

TAG1: LÖSUNGSIDEEN – ABSEITS DER ROUTINE
- Check-in bis 13 Uhr
- Beginn 14 Uhr
- Arbeit an Werten und Motiven
- Führung von innen nach außen erleben
- Ernährung ist einfach – ein Plädoyer gegen den Überfluss
- Selbstreflexion üben. Wer Leistung haben will, braucht Grundlagen.

TAG 2: KLÄREN, ERWEITERN UND FESTIGEN DES INNEREN FUNDAMENTS
- 13-Minuten-Training
- Wo stehe ich genau? Geführtes Leistungsexperiment & Diagnostik
- Oliver Garn – Referat & Behandlung (Physiotherapie / Osteopathie)
- Was hat dauernde hohe Leistung mit Führung zu tun? Folgen und Wirkungen
- Reflexion

TAG 3: STEIGERUNG DES EMOTIONALEN FÜHRUNGS- UND SELBSTBILDES
- 13-Minuten-Training
- Ent-Spannung als vollkommene innere Führung (Techniken)
- Beweglichkeit und Führung
- Schlüsselthemen und präzise Erkenntnisse aus den Intensivtagen
- Impulsreicher Seminarabschluss
- Ende ca. 15.30 Uhr – gedankenreiche Heimreise