

Coachingpaket speziell für Führungskräfte
und Unternehmer*innen

Sich selbst gesund führen

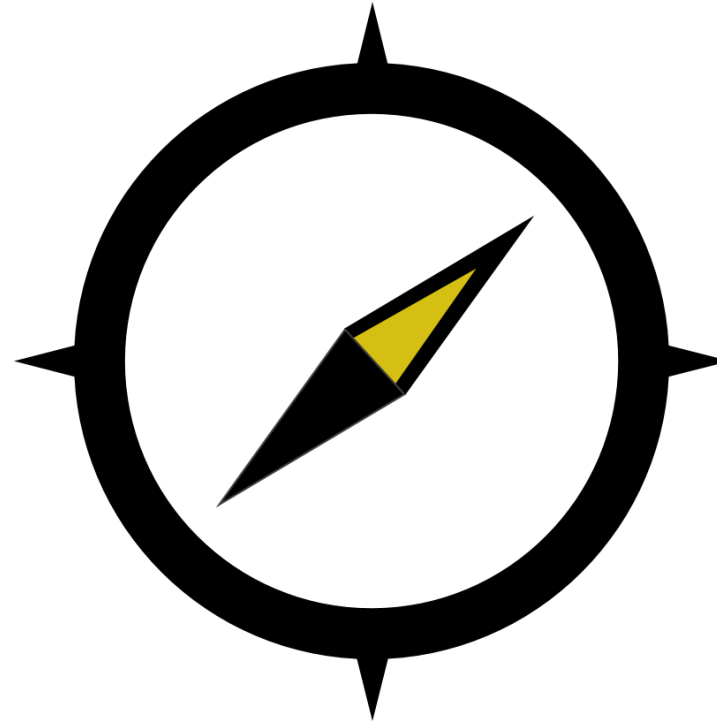
Väderöarna



Ihre Fragen:

- Wie lange dauert das Coaching?
- Was benötigen Sie im Coaching?
- Wie kann ich ganz einfach starten?
- Kann ich die Lernzeiten frei wählen?
- Mit welchen Wirkungen kann ich rechnen?
- Wie lange dauern die Coachings?
- Was beinhaltet dieses Paket?
- Wie sieht die Preisstruktur aus?

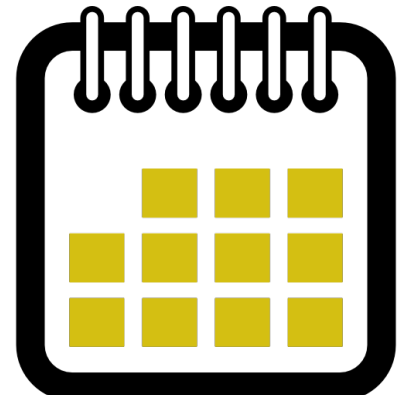
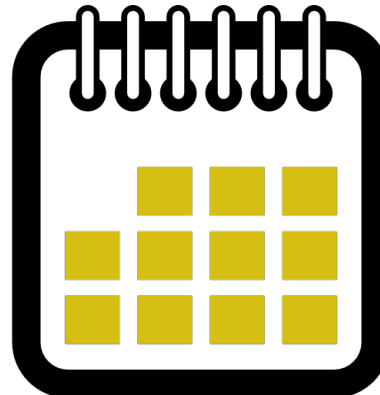
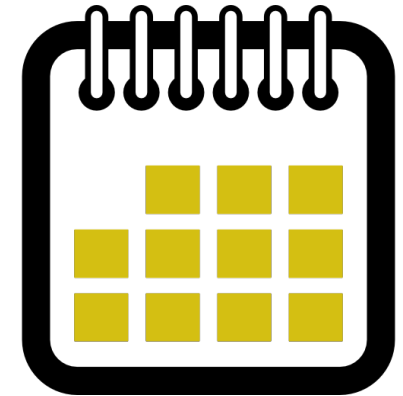
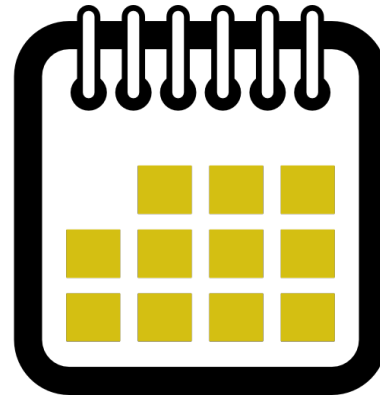
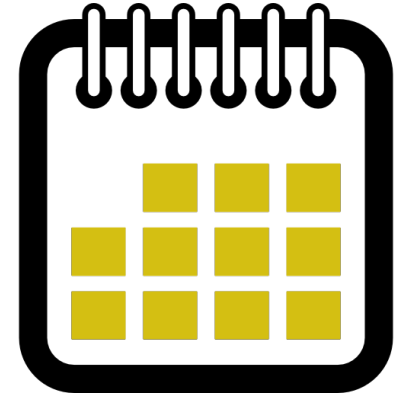
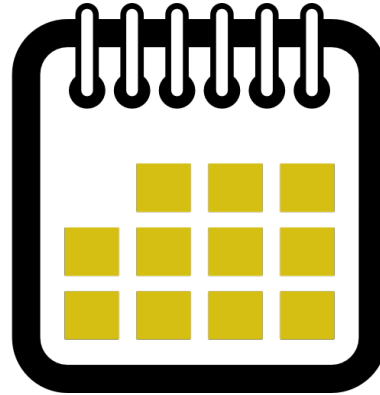
Das Coaching für Führungskräfte & Unternehmer*innen



Dauer des Coachings

- Das Paket umfasst 10 Wochen.
- Sie haben lebenslang Zugriff auf alle Praxis- und Theorie-Videos, das Kursbuch, die Interviews und vieles mehr.

1.



Was benötigen Sie?

- **EINEN PC** mit Internetzugang und Webcam
- **ZEIT:** Mindestens eine Stunde pro Woche oder 8 Minuten am Tag, in der Sie reflektieren, sich bewegen und sich mit mir austauschen.
- **BUCH:** Das 100 seitige Coaching-Kursbuch schicke ich Ihnen im Vorfeld an Ihre Adresse.
- **MOTIVATION:** Es steckt eine Menge Leidenschaft und Zeit von mir persönlich in den Videos und dem Kursmaterial. Ich kann Ihnen den Kurs dann empfehlen, wenn Sie Willens sind, in sich selbst und Ihre Kraftquellen Zeit zu investieren.

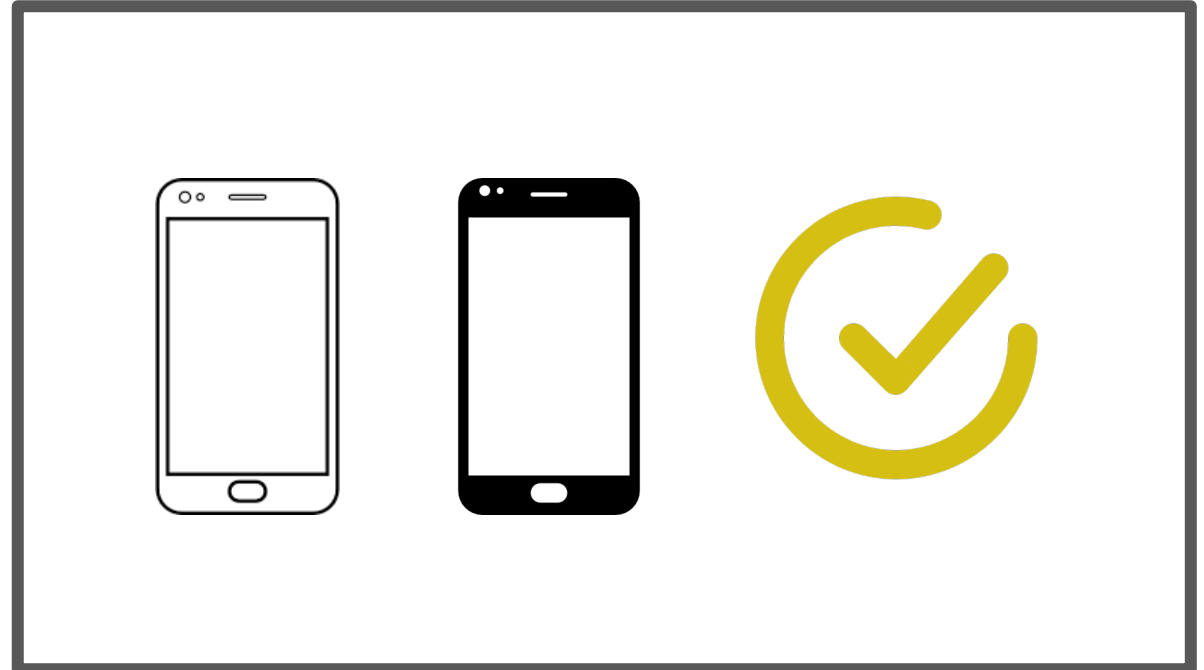
2.



Wie starten?

- A. Wir lernen uns beim ersten Termin vor Ort kennen.
- B. Sie bekommen Ihr persönliches Passwort für die geschützte Lernplattform zugesendet.
- C. Sie füllen zwei kurze Selbsttests aus.
- D. Danach treffen wir uns (online oder offline) in den nächsten 10 Wochen so oft, bis Sie Ihr Ziel erreicht haben.

3.



Ihre Lernzeiten?

Sie können Ihre Lernzeiten selbstverständlich frei wählen. Investieren Sie dort in Ihre persönliche Entwicklung und Widerstandskraft, wo es sich für Sie am besten integrieren lässt.

4.



Welche Wirkungen?

Mit welchen Wirkungen können Sie rechnen?
Teilnehmer:innen berichten immer wieder von:

- mehr Klarheit bezogen auf die eigene Lebensplanung,
- mehr Gelassenheit im Alltag,
- höherer Frustrationstoleranz,
- wiedererlangter Produktivität,
- besserem Abschalten und tieferem Schlaf
- und einer generellen Stimmungsverbesserung.

5.



Dauer der Coachings online oder offline

Die Einzelcoachings dauern in der Regel zwischen 15 und
60 Minuten.

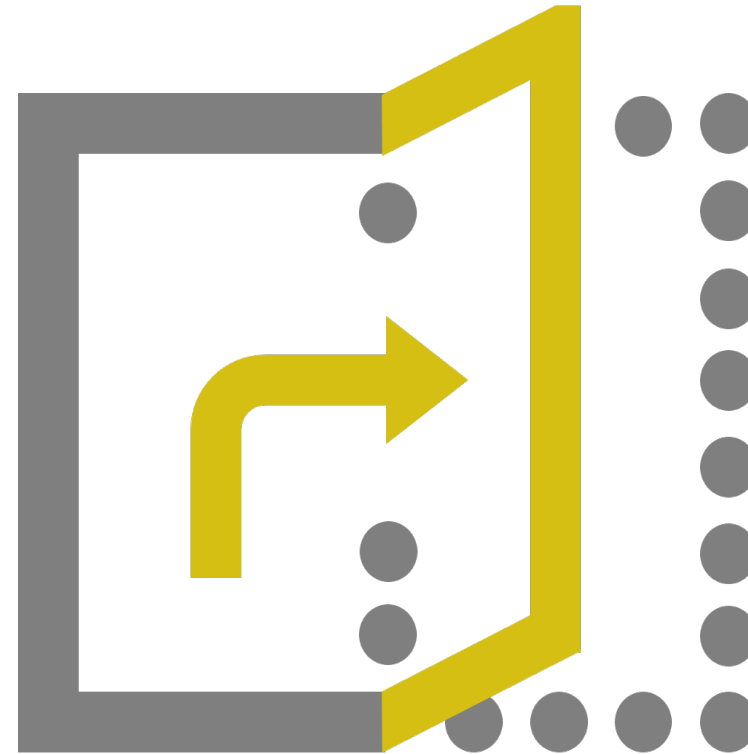
6.



Was beinhaltet das Paket?

- Das Kursbuch
'Expedition zu den eigenen Kraftquellen'
- Das Selbstmanagement-Buch
'45 Kraftzwerge'
- Einzelcoachings
- lebenslanger Zugriff auf die Lernplattform

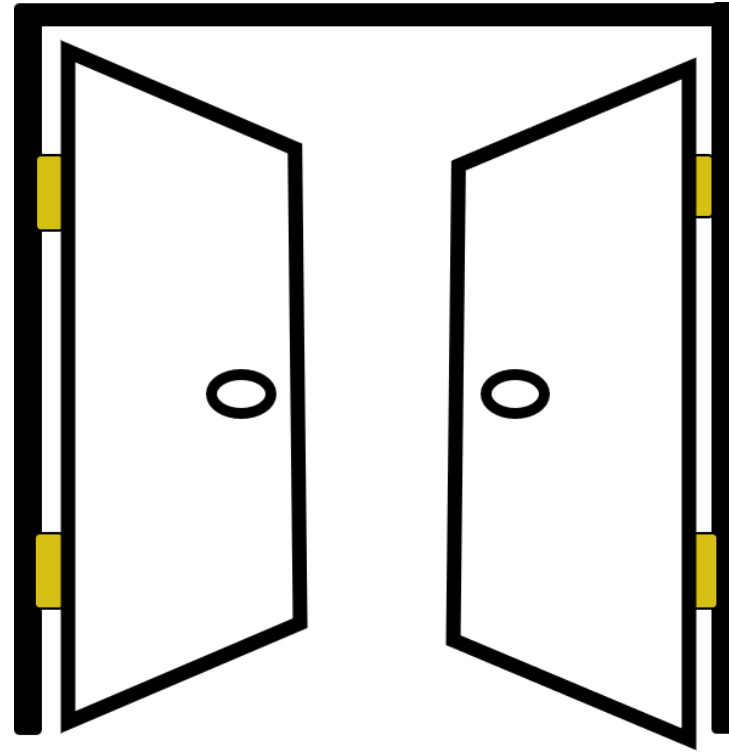
7.



365 Tage im Jahr für Sie da!

Die Lernplattform steht Ihnen das ganze Jahr offen.

8.








Wie sieht die Preisstruktur aus?

Die Lernplattform wird kontinuierlich von mir erweitert (z.B. Praxisvideos und Selbsttests). Nach Abschluss des 10 wöchigen Coachingpakets steht Ihnen die **Plattform lebenslang zur Verfügung.**

9.

IHRE INVESTITION

-  Kennenlern- & Klärungsgespräch
-  über 50 Theorie- und Praxisvideos
-  Die beiden Bücher
-  3 Selbsttest
-  diverse Einzelcoachings

4500 €_{zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer}