

ausZEITen die WOCHEn

**Sie wissen heute noch
gar nicht, was Sie
morgen schon alles
können!**

Zutrauen zu den
eigenen Stärken

Vertrauen in die
eigenen Fähigkeiten

sICH trauen, das alles
einzusetzen, um sICH
selbst zu verändern...

**ausZEITen statt
ausbrennen!**



Mögliche Motive für dICH...



Stress im Alltag, Zeitdruck, hetzen nach Terminen, vergeuden von Energie und vieles Ähnliches mehr sind alles Begleiterscheinungen im Leben, die uns manchmal schon fast normal erscheinen. Gleichzeitig übersehen wir dabei, dass die Leistungen, die wir zu erbringen haben, nur in positiver Stimmung und mit bester Einstellung zu realisieren sind. Dabei ist wohlfühlen fast schon zum Luxus geworden. Entweder Sie warten dabei auf Motivation von außen, oder nutzen Ihre eigenen, ohnehin vorhandenen Ressourcen um sich laufend selbst zu motivieren...dass Sie somit Ihre Ziele viel leichter erreichen, ist nur einer von vielen Vorteilen von mehr Selbstbewusstsein .

Nutzen für dICH...

Sie erwecken Ihre Stärken und Fähigkeiten auf ganz einfache Weise. Sie sind sich völlig im Klaren darüber, was Sie alles können, wie Sie gewisse Fähigkeiten bereits erfolgreich einsetzen. Sie erlangen Gewissheit, was Sie lassen sollten wie es ist, und was Sie noch verstärken möchten. Sie bauen Ihre bewussten und vor allem unbewussten Kompetenzen mehr und mehr aus.

In dieser Woche erfahren Sie mehr über sich selbst, als Sie bisher kannten. Und Sie werden feststellen, dass Sie noch gar nicht wissen, welche Fähigkeiten in Ihnen ruhen, und was Sie morgen schon alles können! Sie erlangen mehr Selbstbewusstsein und strahlen das auch aus. Ihr Umfeld spürt Ihr stärkeres Charisma, Ihre gewählte Einstellung beeinflusst Sie und Ihre Umgebung mehr und mehr. Entspannung ist jederzeit möglich, gute Stimmung laufend abrufbar. Ihre Ziele machen Ihnen mehr Spaß und werden leichter erreichbar.

**Z
E
I
T
für
D
I
C
H**



LAMA für dICH...

Eine Besonderheit in Ihrer **ausZEITen**-Woche ist die Begegnung mit Lamas. Kein anderes Tier bietet eindeutiger Feedbacks zu Ruhe und Kommunikation als das Lama. Sie reagieren positiv auf klare und eindeutige Anweisungen, die zudem ihrer Persönlichkeit entsprechend vermittelt werden müssen. Um das zu leisten, muss sich der Teilnehmer beim Führen des Lamas auf seinen Schützling einlassen, die Signale richtig deuten und ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen besitzen. Sie wählen Ihr Lama selbst, lernen einander kennen und zu akzeptieren. Nur so gelingen die Herausforderungen, die auf sie beide warten. Erleben Sie, wie die Bedächtigkeit, die Ruhe und das Vertrauen des Tieres einfach auf Sie übergehen.



ausZEITen - für Menschen aus allen beruflichen Bereichen und Bevölkerungskreisen, die sich mit sich selbst auseinandersetzen, die in 5 entspannenden und inspirierenden Tagen ihre Stärken und Fähigkeiten auf ganz einfache Weise wecken wollen und ihre Ziele leichter erreichen möchten.

Dauer, Ort

5 Tage voll Motivation und Entspannung!

18.- 21. Juni 2012, Hotel Glocknerhof, Berg/Drautal, Kärnten, www.glocknerhof.at

Unterbringung in Einzelzimmern A Deluxe im Haupthaus und beinhaltet:
Frühstücksbüfett, Mittagessen, Abendessen mit Salatbüfett und Menüwahl, Bauernbüfett oder Grillabend oder Galadinner (je nach Jahreszeit)
Benützung von Hallenbad, Whirlpool, Tepidarium, Dampfsauna, Finnischer Sauna, Ergometer, Freibad mit Wasserrutsche, Moortretbad, Tennisplätzen, Tischtennis, Bogenschießen, Gokart fahren.



Investition

€ **1.275,-** brutto. Enthalten sind die Seminar-kosten, die Lama-Wanderung sowie der komplette Aufenthalt im Hotel inkl. aller angeführten Leistungen!

Info und Anmeldung: office@ichtraining.at

Inhalte für dICH...

- Mehr an Selbstbewusstsein!
- Mehr an Stärken und Fähigkeiten!
- Lebe Dein Ziel!
- Positive Stimmung, wann immer ich sie brauche!
- Ausstrahlung kann ich lernen!
- AusZEIT mit Lamas!
- Wähle Deine Einstellung!
- Entspannung jetzt!
- Das bin ich mir WERT!
- ...und jede Menge ZEIT für DICH...

Teilnehmer: max. 12

