

Erfolgreich SEIN

Die Kunst, sich selbst zu managen



Italien/Umbrien

3.-9. April & 23.-29. Okt 11

Sich zu entdecken und die eigene Persönlichkeit zum Ausdruck zu bringen ist eine Sehnsucht, die uns alle bewegt. Eine lebenslange Reise, die uns immer wieder auffordert, einen Moment innezuhalten, hinzusehen und hinzuspüren ob wir noch im Einklang mit uns und unseren Fähigkeiten handeln.

Wenn Sie sich manchmal fragen „wo bleibt in meinem Leben Platz für mich, für meine Talente, und all das was ich gestalten möchte?“, dann ist dieses Programm eine Chance für Sie am Weg zum erfolgreich SEIN

Ziele

- Entscheiden Sie sich für eine bewusste Auszeit vom beruflichen und privaten Alltag und für eine persönliche Standortbestimmung
- Lernen Sie selbstbeschränkende Gedanken und Gewohnheiten wahrzunehmen und zu lösen
- Entdecken Sie Ihren eigenen Raum und entfalten Sie Ihre Präsenz und Ausstrahlung.
- Lernen Sie, wie Sie sich zukünftig selbst am Weg zu Ihrem Erfolg täglich unterstützen und fördern können.

Inhalt

- Sie lernen die SUCCEASE-Theorie, die Kunst sich selbst zu managen, kennen. Diese baut auf den Prinzipien des weltweit anerkannten körperorientierten Wahrnehmungsunterricht Alexandertechnik auf.
- Mittels Körperwahrnehmungsübungen und ergänzenden Kreativmethoden werden Sie intensiv in Ihrem persönlichen Prozess unterstützt und gefördert.
- Sie tanken Kraft und finden mit Hilfe der Alexandertechnikprinzipien mehr innere Ruhe und Gelassenheit, die Ihnen neue Perspektiven ermöglicht.
- Sie reflektieren Ihre persönliche Situation, gewinnen Bewusstsein über sich selbst und beschäftigen sich mit Ihrem Weg zum erfolgreich SEIN.

Hinweis:

- Die Kleingruppe von 6-max. 8 Personen garantiert intensive persönliche Unterstützung, die mit einem Einzelcoaching abgerundet wird.
- Zwischen den täglichen Programmeinheiten gibt es ausreichend Zeit zur persönlichen Reflexion und zum Genießen des wunderschönen Ambiente.

Trainerin: Mag. Ursula Zidek Etlstorfer Alexandertechniklehrerin mit internationaler Zertifizierung, Unternehmensberaterin und SUCCEASE Karriere-Coach. Expertin für Strategieentwicklung und Kurzzeitberatung, Forschungsschwerpunkt Selbstmanagement und Potenzialentwicklung

Italien/Umbrien/Il Cantico della Natura

An der Grenze zur Toscana und mit traumhaftem Blick auf den Trasimenosee liegt ein ganz besonderes Schmuckstück: Il Cantico della Natura. Das Hotel zeichnet sich durch seine besondere Atmosphäre, den gehobenen Standard und die einzigartige Lage aus. Die alten Steinmauern, der Duft der Lavendel- und Rosmarinsträucher, die liebevolle Gestaltung der Innen- und Außenbereiche: Das ist Ihr Umfeld für diese ganz besondere Reise. Die Zimmer sind alle individuell und geschmackvoll eingerichtet und verfügen über Bad/WC/Telefon/Sat-TV. Die **Verpflegung** besteht aus Frühstücksbuffet und Abendmenü. Das Restaurant ist in der Region bekannt für seine ausgezeichnete umbrische Küche. Die **Anreise** erfolgt mit dem Auto oder Flug nach Rom und Mietauto ab/bis Rom. (nicht inkludiert)

Inkludierte Leistungen

- 6 Nächte Il Cantico della Natura
- Halbpension
- Programm "Erfolgreich SEIN"
- Einzelcoaching und Programm-Unterlagen
- Buch: Alexandertechnik – Körperdynamik

Preis: € 1.740,- pro Person im Doppelzimmer
Aufpreis Einzelzimmer: € 120,-

