

Praxisseminar **SELBSTCOACHING**

Dein Schlüssel für persönliches Wachstum

PRIVAT & BERUFLICH

(In Kooperation mit der FEEL FREE ACADEMY – München)

Was wäre, wenn du es schaffst, innerlich zufrieden und stark zu werden und ein strukturiertes Konzept erhältst Dein eigener Coach zu sein?

Lerne die besten Selbstcoachingtechniken kennen und wie Du sie im Alltag anwenden kannst.

Was Dich erwartet:

Dich selbst nachhaltig zu **coachen** bedeutet, mit Hilfe wirkungsvoller Methoden und Techniken deine Lebenssituation zu meistern und dich selbst voranzubringen.

Du erhältst **wertvolles Wissen** und lernst praxiserprobte **Coachingtechniken** kennen und für dich zu nutzen. Sie sind einfach anzuwenden und du kannst sie dort einsetzen, wo du sie im Augenblick brauchst – unabhängig davon, wo du gerade im Leben stehst. Du bekommst effektive Selbstcoaching - Tools an die Hand, die funktionieren. Ein eigener Taschencoach als Workbook für deinen Transfer in die Praxis unterstützt dich nach dem Seminar **in Deinem Alltag**.

Selbstcoacher/innen helfen sich, das Beste aus sich und ihrem Potential zu machen – auf ihre ganz persönliche Art und Weise.

Einsatzbereiche:

Dein Selbstbewusstsein stärken, Klarheit gewinnen, Gefühle beeinflussen, Angst regulieren, in jeder Lebenslage Motivation finden, Stress Situationen meistern, Erfolgchancen verbessern, Krisen erfolgreich bewältigen, Ressourcen aktivieren, Gedankenhygiene ...

Teilnehmer:

- Alle Menschen, die sich selbst stärken und sich weiterentwickeln möchten.
- Personen, die sich optimal auf eine Prüfung oder Herausforderung vorbereiten wollen
- Berufstätige, die ihr fachliches Know How erweitern möchten, z. B. Coaches, Therapeuten, Lehrer, Mentoren, Selbständige, Ärzte, Trainer ...

Termin:

Datum: Sa. 20./ So.21. März 2021

Seminarzeiten: jeweils von 9.30 – 17.30

Veranstalter: Reinhard Wirtz

Veranstaltungsort: FEEL FREE ACADEMY, Kreuzstr. 8, 80331 München (089/ 25 54 57 05)

Voraussetzung zur Teilnahme: keine

Teilnehmerzahl: max. 12

Deine Investition: € 310 ,-

Im Seminarpreis enthalten sind Getränke und Snacks in den Pausen.

Du erhältst zusätzlich:

- Ein selbst ausgearbeitetes Persönlichkeitsprofil
- Einen Taschencoach für den Eigengebrauch mit allen Selbstcoachingmethoden im Detail

Deine Referentin: Irmis Baumann

Dipl. Systemischer Coach und Beraterin (CTAS), Lizensierter NLP Coach, Dipl. AufstellerCoach, zertifizierter WingWave Coach und Trainerin und Trainerin für Selbstcoachingtechniken.

Seit 20 Jahren selbständig. Arbeitet in eigener Praxis bei München.

„Ich bin von Selbstcoaching sehr überzeugt. Es ist immer wieder faszinierend, wie sich innerhalb kurzer Zeit Blockaden lösen, eigene Fähigkeiten zielgerichtet genutzt und unterschiedlichste Situationen gemeistert werden können.“

Sei jetzt mit dabei! Wir freuen uns auf Dich!

Beratung / Kontakt:

Irmis Baumann – Coachingpraxis Baumann, Tel. +49 (0)89 203 28 49 25, Mobil: +49 (0)179 21 38 192

eMail: irmi.baumann@coachingpraxis-baumann.de

Homepage: www.coachingpraxis-baumann.de

Teilnehmerstimmen:

„Ich hätte nie erwartet, dass ein solches Seminar mir so viel bringt!“

„Ein rundum gelungenes Seminar, welches mir Techniken zur Motivation und Selbsterkenntnis mitgibt, die praxisnah sind und sich ohne großen Aufwand in das tägliche Leben einbauen lassen.“

„Das Seminar war eine Wucht. Danke für die intensive und wirkungsvolle Hilfe.“

„Es ist eine Freude, auf motivierende Weise, wunderbares Handwerkzeug für das alltägliche Leben zu erlernen“

Sende jetzt Deine Anmeldung per Email an:
irmi.baumann@coachingpraxis-baumann.de

Anmeldung: Selbstcoaching – Schlüssel für persönliches Wachstum – 20. 21. März 2021

Frau / Herr	Name /Vorname
	Geb. Datum
Firma:	
Telefon/Handy	E-Mail
Strasse	
Land / PLZ / Ort	
Datum:	Unterschrift:

Hinweis: Das Seminar richtet sich an geistig und körperlich gesunde und belastbare Personen.