

Die Magie des Loslassens – das unterschätzte Geheimrezept der Profis

Wir sind gewohnt "all in" zu gehen. Täglich. 10 Stunden und mehr im Job. Abends noch aktiv im Verein oder beim Netzwerken. Immer Full Power. Entspannung ist was für Weicheier. Wir sind Macher!

Wie unsäglich unsinnig!

Jedem Menschen ist sonnenklar, dass Sportler nach einer Höchstbelastung Regeneration benötigen. Nur wer seine Akkus wieder auflädt, kann auch Leistung erbringen. Doch nicht nur der Körper, auch der Geist braucht seine Entspannung. Und das nicht zwei Wochen im Urlaub, sondern jeden Tag im normalen Leben.

Wettbewerbsvorteil Loslassen

Ja, Sie sind ehrgeizig und das ist auch gut so. Doch wenn Sie alles getan haben, was zu tun ist, müssen Sie loslassen. Sonst können Sie Ihr Ziel niemals erreichen. Sie müssen loslassen und vertrauen. Auf sich, auf das Leben, auf Ihre Stärken. Im professionellen Sport eine Selbstverständlichkeit -denken Sie nur an die Bogenschützen...

An diesem Tagesworkshop erfahren Sie in 7 sehr einfachen Schritten:

- Warum Gewinner locker bleiben
- Wie Sie loslassen und Lockerheit praktizieren
- Wie Sie locker lassen zu Ihrer Gewohnheit machen
- Warum Regeln alles sind
- Wie Sie Ihre Zeiten richtig planen
- Wie Sie Ihren Partner ins Boot bekommen
- Warum weniger oft mehr ist

Sie lernen an diesem Tag das Handwerkszeug, was Sie wirklich entspannt, lebendig, gelöst und erfolgreich macht. **Und guess what:** Es hat nichts mit Massage, Yoga oder gar Esoterik zu tun. Sie werden mit einem völlig neuen Bewusstsein an alle Herausforderungen herangehen, die anstehen, Sie werden verstehen, warum LOSLASSEN die Zauberformel der Erfolgreichen ist – und Sie werden wissen, was Sie tun müssen, um in diesen Flow zu gelangen.

IHRE TRAINERIN

Conny Schumacher ist Diplom-Sportökonomin und Managementtrainerin. Gemäß dem Motto: **Es gibt keine Branche, von der wir so viel lernen können, wie vom Sport** arbeitet sie seit mehr als 25 Jahren mit erfolgreichen Leistungsprinzipien aus dem Sport - und macht damit nachweislich ihre Kunden auf allen Ebenen FIT FÜR'S LEBEN.

Testen Sie mein bewährtes Gruppenkonzept eines Tagesworkshops mit anschließender Betreuung, damit Sie nicht nur wissen, was Sie tun müssen - sondern ES AUCH TUN!

- Einen ganzen Tag lang stehe ich Ihnen und einer kleinen Gruppe aus max. 4 weiteren Personen mit all meinem Know-how aus 25 Jahren Trainer-Erfahrung zur Verfügung. Wir ermitteln alle relevanten Faktoren wie Ihren Persönlichkeitstyp, Ihr Stressverhalten, berufsbedingte Gegebenheiten, Vorerfahrungen, Ihre Ziele...
- Wir analysieren und erkennen Zusammenhänge, die Ihnen so nie bewusst waren, und Sie erfahren, welche Auswirkungen das auf Ihr Stressverhalten hat. Wohlbefinden hat. Wussten Sie z.B., dass Sie gereizt sind, wenn Sie viel "Zucker" essen, und dass Ihr Puls hoch geht, wenn Sie schlecht geschlafen haben? Ihnen werden die Augen übergehen, wie viele Dinge im Körper zusammenhängen...
- Mental switchen wir an diesem Tag Ihr Mindset. Wir erkennen Muster und Strukturen, die Sie immer wieder an den Punkt kommen lassen, an dem Sie gescheitert sind, und entwickeln Strategien, wie Sie in Zukunft mit diesen Stolperfallen umgehen können.
- Dazu erhalten Sie einen Coaching-Buddy, mit dem Sie sich ab sofort nach einem bewährten Schema wöchentlich austauschen und gegenseitig „on Track“ halten.
- Zusätzlich haben Sie in den nächsten 4 Wochen einmalig eine 30-minütige Coachingeinheit im Wert von €100 mit mir, um abzustimmen, was funktioniert – und was nicht.
- Last but not least erhalten Sie für 1 Jahr die Mitgliedschaft in unserem exklusiven Mitgliederbereich „Fit in Schlips & Pumps goes homeoffice“ mit vielen weiteren Extras im Wert von € 119,95.
- Im Preis inbegriffen ist die Tagungspauschale im Seminarhotel inkl. Speisen und Getränke.

Alles was ich von Ihnen brauche, ist Ihr Commitment und Ihr Vertrauen.

Are you ready?

Dann freue ich mich auf Sie!

Herzliche Grüße,

Ihre

Conny Schumacher

Buchungsauftrag Tagesworkshop: „Die Magie des Loslassens“

Name: _____

Anschrift: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____

Gebucht wird folgender Termin:

0	20.02.2022, 9 - 17 Uhr, online (abzügl. € 200)
0	22.05.2022, 9 - 17 Uhr in München
0	04.12.2022, 9 - 17 Uhr in München

Preis: € 1.000,-- zzgl. MwSt. (Onlinekurse minus 200€)

Konditionen:

- Alle Informationen unterliegen der Geheimhaltungspflicht und werden von Conny Schumacher streng vertraulich behandelt. Ihre Daten werden nicht weitergegeben. Sie als Kunde verpflichten sich, weder über den Inhalt der Trainingspläne noch der Coaching-Einheiten Auskunft an andere Trainer oder Freunde/Bekannte zu geben.
- Verbindlich festgelegte Workshoptage, die ausfallen, haben keinen Anspruch auf Ersatz, außer im Fall von schwerer Krankheit (Attest). **Festgelegte Coachingtermine sind verbindlich und einzuhalten.** Sie können nicht verlegt werden.
- **CORONAREGELUNG:** Sollten Präsenztermine auf Grund von Corona ausfallen, werden sie online durchgeführt. Sie erhalten dann eine Preisreduktion von 200€.
- Falls Conny Schumacher kurzfristig erkrankt, wird Ihnen ein Ersatztermin angeboten. Ansonsten wird Ihnen das Honorar ohne Abzug zurücküberwiesen.
- Das Seminar findet ab 2 Teilnehmern statt. Sollte nur eine Anmeldung eingehen, wird stattdessen ein 4-Stunden 1:1 Intensiv-Training mit dem Teilnehmer absolviert.
- Das Honorar ist bei Buchung zu bezahlen und enthält alle o.g. Leistungen. Sie erhalten mit der Buchungsbestätigung eine Rechnung mit ausgewiesener MwSt.

Datum, Unterschrift Kunde