

## Durchsetzen – Souverän auftreten – Professionell bleiben

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie sich den Respekt der “angsteinflößenden” Kollegen verdienen. Dazu müssen Sie sich weder auf den ungeliebten Wettbewerb einlassen noch besser oder gar fleißiger sein als andere. **Sie müssen nur klar und sachlich Ihre persönlichen Grenzen zeigen, ohne dabei zickig zu wirken.**

Wer begriffen hat, wie Alphatiere ticken und sie ins Boot bekommt, der wirkt entspannt und souverän. Und genau das ist es, was Alphatieren wirklichen Respekt abverlangt.

**In diesem Tagesworkshop erfahren Sie in 7 sehr einfachen Schritten:**

- Wie Sie herausfinden, was für einen Menschentyp Sie vor sich haben und wie Sie mit ihm umgehen müssen
- Wie Sie Ihre Innere Kraft aktivieren und daraus Klarheit und Stärke ziehen
- Wie Sie natürlich - souverän Ihre Grenzen setzen
- Wie Sie den „Silberrücken“ ins Boot bekommen und von männlichen Kollegen die gewünschte Unterstützung bekommen
- Wie Sie ab sofort souverän und professionell auftreten
- Wie Sie “Antikörper“ bilden und dadurch ein Stück weit immun werden. Ein wenig dicke Haut kann oftmals nicht schaden
- Wie Sie Sprengstoff aus jedem Gespräch nehmen können und damit fürs Team enorm produktiv werden

Wir analysieren Erfolgsprinzipien aus dem Sport und übertragen sie auf das reale Leben – privat und im Job. Wie kann man sich im Sport Respekt verschaffen? Es geht nicht immer um Wettbewerb! Gerade Frauen sind sich ihrer Macht und Wirkung oft nicht bewusst und verspielen hier viele ihrer wahren Trümpfe.

Wenn Sie die Zusammenhänge einmal verstanden haben und diese einfachen Strategien anwenden, werden Sie plötzlich den Respekt - selbst der größten Machos - genießen. Das bringt die nötige Ruhe in Ihr Selbstvertrauen, in die Zusammenarbeit – und damit auch ins Team.

**Sie haben es in der Hand. IMMER!**

### 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 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 Coacheinheit 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 Schlip & 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 Kommitment und Ihr Vertrauen.**

Are you ready?

Dann freue ich mich auf Sie!

Herzliche Grüße,

Ihre

Conny Schumacher

# CONNY SCHUMACHER

Sportökonomin | Managementtrainerin | Rednerin

## Buchungsauftrag Tagesworkshop: „Souverän durchsetzen“

Name:

---

Anschrift:

---

---

E-Mail:

---

Telefon:

---

**Termin:**

- 0      13.02.2022, 9 - 17 Uhr, online (abzgl. 200€)
- 0      15.05.2022, 9 - 17 Uhr in München
- 0      09.10.2022, 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

Alfred-Schmidt-Straße 15 • 81379 München • +49 176 57 89 08 26 • cs@conny-schumacher.de  
Bank DKB Bank Berlin • iban DE2712030001004637474 • BIC BYLADEM1001 • UST ID DE170556367