

## Tagesworkshop: „Aus Krisen gestärkt hervorgehen“

**Keiner mag Krisen, doch Fakt ist:** Wir sind immer dann besonders produktiv und erfolgreich, wenn wir uns unseren Herausforderungen stellen. Das macht uns stark, flexibel, menschlich greifbar – und diese Kombination ist ungeheuer attraktiv für andere Menschen.

### Wie Sie gestärkt aus schwierigen Situationen hervorgehen

Ändern Sie Ihre Einstellung! Sehen Sie Ihrer Angst ins Auge und stellen Sie sich Ihren schwierigsten Herausforderungen. Warten Sie nicht auf die passende Gelegenheit, die zu Ihren Fähigkeiten passt, sondern entwickeln Sie die Fähigkeiten, die Sie für die jeweilige Gelegenheit benötigen. Geben Sie dem Leben eine Chance und nehmen Sie die Herausforderung an.

Sie können jetzt einknicken oder bewusst und mit erhobenem Kopf durch das Tal gehen. **Sie haben die Wahl.**

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

- Welche Einstellung zu Erfolg Sie jetzt brauchen
- Was Sie wirklich wollen
- Was Sie bremst und wie Sie diese Bremse lösen
- Was Sie ganz konkret für Ihren Erfolg zu tun haben
- Wie Sie sich optimal organisieren
- Wie Sie sich emotional sofort wieder „on Track“ bringen
- Welche einfachen Schritte und Tools Sie anwenden können, um Ihren Schweinehund ins Boot zu holen

Mit diesem systematischen Vorgehen werden Sie gestärkt aus jeder schwierigen Phase hervorgehen. **Das Vorgehen ist immer dasselbe und DAS** ist das wahre Geheimnis von Erfolg! Ja, das fordert Mut, aber es macht frei, autark, unabhängig – und mit ein bisschen Training auch noch jede Menge gute Laune.

Mehr noch, Sie werden sich nicht mehr aus dem Gleichgewicht bringen lassen, wieder motiviert sein, wissen was als nächstes zu tun ist, wo Sie die nötige Unterstützung herbekommen und vor allem: Sie werden einen neuen Blick auf viele Dinge gewinnen und die kleinen Erfolge wieder wertschätzen lernen.

### 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 FÜRS 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: „Krisen erfolgreich meistern“

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

<b>Gebucht wird folgender Termin:</b>	0	Sonntag, 28.11.2021, 9 – 17 Uhr, online
	0	Samstag, 09.04.2022, 9 - 17 Uhr, in München
	0	Samstag, 12.06.2022, 9 - 17 Uhr, in München
	0	Samstag, 10.12.2022, 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