






Zeitdiebe fangen - Energietankstellen installieren

Zeitmanagement für Frauen und Männer

-  Sie wollen, dass der Tag mehr als 24 Stunden hat.
-  Sie wollen ein stressfreies Leben.
-  Sie wollen Pausen.
-  Sie wollen kraftvoll und energiegeladen sein.
-  Sie wollen Spaß.

Das ist Ihr gutes Recht.

Mit Coaching & Meer gewinnen Sie Zeit für sich.

In einer kleinen Gruppe erarbeiten Sie auf kreative und entspannte Weise, wo Ihre Zeitdiebe sind und wie Sie Energietankstellen in Ihren Tagesablauf integrieren.

Sie erhalten einen kurzen Einblick in Work-Life-Balance, lernen die ALPEN-Methode kennen. Sie erarbeiten sich Ihr eigenes Zeitmanagement und nehmen durch die nachhaltige Methode Arbeiten mit EFI, individuelle EigenFörderImpulse zur späteren Aktivierung der Seminarergebnisse mit nach Hause. Entspannungselemente runden das Seminarprogramm ab.

Zielgruppe:

Menschen, die entspannt durch das Leben gehen wollen

Gruppengröße:

4-8 TeilnehmerInnen

Kosten:

99,00 €/Privatkunde
129,00 €/Firmenkunde

Enthaltene Leistungen:

Seminargebühr
Seminarmaterialien

Anmeldung
Coaching & Meer
Sabine Höhne

Schützenstr. 40
23558 Lübeck

Tel.: 0451 – 883 48 16

Mobil: 01577 – 181 16 71

Fax: 03212 – 108 79 67

dialog@coaching-und-meer.de

www.coaching-und-meer.de

Ort:
Lübeck

Zeit
Tagesseminar
auf Anfrage