

# Zeit für mich!

## ► Die Auszeit-Idee – Das Wander-Coaching

Unsere Auszeit-Seminare und das Wander-Coaching sind eine inspirierende Kombination aus Information, Kreativität und Entspannung - die perfekte Chance, um einmal ganz aus dem Alltag auszusteigen und neue Impulse für einen gelasseneren Umgang mit Ihrem Leben zu bekommen.

In jedem unserer mehrtägigen Seminare finden Sie "Wohlfühl-Angebote": Hotels mit Schwimmbad und Sauna verwöhnen Sie mit gutem Essen in gehobenem Ambiente, gemeinsame Spaziergänge oder Abende am Kamin laden zu intensiven Gesprächen ein. Zusätzliche kreative Aktivitäten wecken die Lust auf neue Erfahrungen.

Das Wander-Coaching dient Ihnen zu einer Standortbestimmung in Ihrem beruflichen wie privaten Leben. Mit Ihrem Wander-Coach haben Sie einen externen Ansprechpartner, mit dem Sie in einem ungezwungenen Rahmen Ihre persönlichen Themen in aller Ruhe besprechen können. Sie erreichen in dieser aktiven Pause eine klare Vorstellung über Ihre persönliche Lebenszielsetzung und damit neue Zufriedenheit und "innere Wellness".

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann rufen Sie uns an oder schicken uns eine E-Mail. Weitere Informationen erhalten Sie auch über unsere Homepage [www.auszeit-seminar.de](http://www.auszeit-seminar.de).

Bis dahin verbleiben wir mit den besten Wünschen für einen entspannten Tag.

Herzlichst,  
Robert Berkemeyer



"Es sind die kleinen Auszeiten,  
die unserem Leben einen neuen  
Energieschub geben können!"



## Wander-Coaching



**auszeit-seminar.de**  
KREATIVE ZEIT FÜR MICH

Aktiv entspannen  
Persönliche Ziele setzen  
Innere Wellness finden

Robert Berkemeyer  
Ückendorfer Straße 12  
45886 Gelsenkirchen

Fon 0209 98039830  
Mobil 0173 2865790  
[info@auszeit-seminar.de](mailto:info@auszeit-seminar.de)

# **Auszeit** - neue Impulse für Ihre innere Wellness

**auszeit-seminar.de**  
KREATIVE ZEIT FÜR MICH

Weitere Infos zum Wander-Coaching im Internet unter [www.auszeit-seminar.de](http://www.auszeit-seminar.de)!

Sie wollen sich mal neu sortieren?  
Sie wollen mal raus aus dem Alltag?  
Sie brauchen einen externen Ansprechpartner, der Ihnen im Einzelgespräch fürs Zuhören und offene Rückmeldungen zur Verfügung steht?

...und Sie wollen das alles nicht mit einer Gruppe machen?



## Wander-Coaching für

- ▶ Frauen und Männer, die ihren inneren Kompass neu justieren wollen
- ▶ Gestresste, die Wege aus der Alltagsroutine hin zur Entspannung suchen
- ▶ Menschen mit dem Wunsch nach neuen Erfahrungen
- ▶ Menschen mit dem Interesse an einer persönlichen Veränderung



## Ihr Wander-Coach

- ▶ **Robert Berkemeyer**  
Betriebswirt (VWA), Jahrgang 1962  
Trainer für Persönlichkeitsentwicklung,  
Kommunikation und Coaching  
Leiter der "auszeit-seminar.de"



## Dann machen Sie doch mal ein Wander-Coaching!

Im Wander-Coaching machen wir uns nur zu zweit "auf den Weg" und haben alle Zeit der Welt, uns nach einer persönlichen Standortbestimmung über Ihre Wünsche, Probleme und neuen Ziele zu unterhalten.

## Ort und Zeit

- ▶ Frei wählbar!  
Lieben Sie die See?  
Lieben Sie die Berge?  
Suchen Sie sich Ihre Wanderregion aus!

## Leistungen und Themen

- ▶ Wir definieren Ihre Wünsche und Ziele
- ▶ Wir sprechen über Ihre innere Einstellung zum Leben und zur Arbeit
- ▶ Mit welchen alltäglichen Problemen kämpfen Sie ständig?
- ▶ Wir reden über Ihre Chance auf Veränderungen
- ▶ Wir planen gemeinsam, wie Sie Ihre innere Zufriedenheit erhalten oder verbessern können
- ▶ Wir erstellen einen Maßnahmenplan für Ihre Zukunft
- ▶ Schriftliche Zusammenfassung der erarbeiteten Ergebnisse

## Mitzubringen sind

- ▶ Offenheit und Neugierde
- ▶ Bequeme und wetterfeste Kleidung
- ▶ Gutes Schuhwerk für Wanderungen

## Kosten und Zahlungsweise für Wander-Coaching

- ▶ 1.200,- Euro pro Person zuzügl. MwSt. an einem von Ihnen gewählten Ort in Deutschland zuzügl. der anfallenden Hotel-Verpflegungs- und Fahrtkosten
- ▶ Zahlung vor Coaching-Beginn