OUTDOOR AKADEMIE

Saar Alpaka ≭ 2blickwinkel

Coaching & Stressprävention

1 Tag Outdoor-Seminar

FÜR

Die Wanderung richtet sich an Einzelpersonen oder Gruppen und ist besonders geeignet im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung.

- Mit Lamas und Alpakas auf neuen Wegen zu mehr Gelassenheit
- Sie erleben sich in einer neuen Umgebung mit den Tieren
- Bringen Sie Ihr Leben in eine neue Balance, entdecken Sie andere Blickwinkel oder neue Lösungen
- Entspannen Sie von der Hektik des Alltags und lassen Sie sich von der Gelassenheit der Tiere anstecken
- Individuelle Impulse zur Stressprävention verbinden wir mit vertiefenden Coachingmethoden

ABLAUF

- Begrüßung und Information zu Alpakas und Lamas
- · Persönliche Standortbestimmung und Informationen zum Thema Stress und Impulse, wie Sie die Herausforderung des Alltags meisten können
- · Kennenlernen und erster Kontakt mit den Tieren
- Vorbereitung auf das aufmerksame Führen der Tiere
- Wanderung mit den Tieren: 3 Wegabschnitte mit Zwischenstopps mit Reflexion, Übungen und Informationen
- Große Auswertung vor dem Hintergrund Strssprävention & Coaching
- **Abschluss**

REFERENTEN:

2 Trainer, jeweils 1 Trainer der Outdoor Akademie Saar-Alapka und 2blickwinkel

DAUER / TERMIN:

- Ein Seminartag umfasst 6 Stunden (reine Seminarzeit).
- Die Terminvereinbarung erfolgt nach Absprache.

TEILNEHMER:

Das Angebot gilt für maximal 10 Personen. Größere Gruppen prüfen wir gern auf Anfrage.

UNSER ANGEBOT:

- · Outdoor-Seminartag für eine Gruppe / Firmenteam ab 1.190,- zzgl. MwSt.
- · Die Gebühr beinhaltet eine Seminardokumentation.
- Im Preis sind Pausensnacks und Getränke enthalten

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

[≥]2blickwinkel

Uwe Bernhardt und Mirella Golesne

Heinrich-Koehl-Str. 68 66113 Saarbrücken

Mobil: +49 177 68 75 789

Mail: kontakt@2-blickwinkel.de

www.2-blickwinkel.de



Christiane Groß und Rainer Frenkel

Im Almet 163 66119 Saarbrücken

Mail: info@saar-alpaka.de Tel.: +49 681 590 99 864

Mobil: +49 173 190 39 30

www.saar-alpaka.de

Besuchen Sie uns auf Facebook