

# Ressourcen-Boxenstopp

Ein aussergewöhnliches Seminar in Meersburg – 11.-13.11.2016

## **Wenn...**

- Sie es schätzen zu reflektieren, ob das, was Sie tun, Ihnen wirklich entspricht
- Sie merken, dass Sie mit sich selber häufig im Clinch sind und gewisse Seiten nicht akzeptieren können
- Sie ganz konkrete Fragen haben, wie Sie als Führungsperson mit bestimmten herausfordernden Situationen umgehen können
- Sie in Ihrer beruflichen Agenda an einem Punkt angekommen sind, wo Sie Sinn in ihrer Tätigkeit und Inspiration für neue Ziele gebrauchen könnten
- Sie es gewohnt sind, sehr viel aus eigener Kraft anzuregen, zu managen und zu realisieren - und spüren, dass es mit etwas Unterstützung einfacher und besser laufen könnte
- Sie ganz einfach den Austausch mit andern suchen, um kreative Ideen für das eigene Leben zu entwickeln

## **Dann...**

**Ist der Ressourcen-Boxenstopp, genau das Richtige für Sie!**

## **Was Sie erwartet**

Wir reflektieren unsere persönliche Lebenssituation, tauschen uns aus:

- Wo bin ich persönlich unterwegs? Was steht bei mir an? Wo will ich hin?
- Was erfüllt mich? Wo will ich mich weiter entfalten?
- Was hindert und belastet mich?
- Was brauche ich für die nächste Runde?

Wir entdecken gemeinsam unsere versteckten oder verdeckten Ressourcen um neuen Drive, Mut und Inspiration für die anstehenden Aufgaben zu gewinnen.

Es gibt Raum für intensive persönliche Arbeiten zu eigenen Anliegen.

## **Weshalb es gut tut**

Bei einem Boxenstopp kann man auftanken, die Ressourcen erneuern und danach wieder voll Fahrt aufnehmen.

Als kreativer und engagierter Mensch braucht man auch einen regelmäßigen "Boxenstopp", der einem Zeit zum durchatmen gibt. So kann man Energie tanken und findet mit guter Bodenhaftung wieder auf die Spur.

## Die Boxenstopp-Crew



**Wolfgang Marquardt**  
[www.marquardt-coach.de](http://www.marquardt-coach.de)



**Markus Fricker**  
[www.fricker.biz](http://www.fricker.biz)



**Thomas Spaar**  
[www.yukondaylight.com](http://www.yukondaylight.com)

## Wann?

**11.11.2016**, Start: 17 Uhr  
**13.11.2016**, Abschluss: 13 Uhr  
(Programm auch an den Abenden)

## Wo?

JUFA Gästehaus, Meersburg,  
Deutschland

## Kosten

Seminarkosten: Fr. 900.—  
Hotelpauschale ca. Fr. 200.-- für  
Einzelzimmer mit Halbpension

## Anmeldung bis

30.9.2016  
Netzwerk aussergewöhnliche  
Seminare  
c/o FrickerSoftSkills  
Rebmoosweg 25a  
CH-5200 Brugg  
+41 79 622 69 77

oder per Email:  
[mfricker@fricker.biz](mailto:mfricker@fricker.biz)

## Anmeldung

Ich bin am Ressourcen-  
Boxenstopp dabei

Vorname, Name

---

Strasse, Nr.

---

PLZ, Ort

---

Firma

---

Funktion

---

Ich habe Interesse und  
möchte Näheres erfahren.  
Nehmen Sie mit mir Kontakt auf!

Mir passt der Termin 11.-  
13.11.16 nicht. Senden Sie mir  
Informationen zu weiteren  
Workshops und Seminaren!