

Trainer



Hedwig Vielreicher

war als Verfahreningenieurin im Anlagenbau und der internationalen Forschungskooperation tätig. Seit 2001 arbeitet sie als selbständige Unternehmensberaterin und seit 2010 als contextueller Personal und Business Coach. Im Workshop ermöglicht sie den Teilnehmern durch eine Veränderung ihrer Gedankenmuster neue, gewünschte Ergebnisse zu erzielen.

www.vielreicher.com



Thomas Ziesecke-Grosser

war über 30 Jahre in verschiedenen Kliniken im Bereich Körperpsychotherapie tätig. Als Referent unterrichtete er auf Ärztefortbildungen und an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Seit 1997 führt er eine eigene Atem- und Körpertherapeutische Praxis in München, in der er auch Lehrer, Schauspieler und professionelle Sprecher unterstützt.

www.neuetherapiewege.de

Pantomime

»BUB«

www.bub-performance.de

© SatzWERKSTATT ...> Beate Zierhut www.satzwerkstatt.de

Kontakt

Das Training wird sowohl als Inhouse-Workshop als auch im offenen Format angeboten.

Gerne schicken wir Ihnen ein individuelles Angebot.

Für Anmeldung und Rückfragen wenden Sie sich bitte an:



HEDWIG VIELREICHER
Coaching Moderation Projekte

Dipl.-Ing. Hedwig Vielreicher

Wolfratshauer Str. 8,
82538 Geretsried

Tel.: 0 81 71 / 48 80 02

Fax: 0 81 71 / 48 80 01

E-Mail: hvielreicher@vielreicher.com

Weitere Angebote:

- Teambuilding mit Psychotonik
- Burnout-Prophylaxe mit Psychotonik

Workshop



Fotolia: 88193393 | Urheber: Syda Productions

Präsenztraining mit Psychotonik

Bewusstsein und bewusst sein,
erreichbar sein und erreichen,
bewegt sein und bewegen.

Präsenztraining mit Psychotonik

Die **Psychotonik** beschreibt den Zusammenhang zwischen Emotionalität, Muskeltonus, Atmung und Körperausdruck. Diese sind die Folge unserer inneren Haltung dem Leben, der Umwelt und uns selbst gegenüber.

Unser Workshop verbindet Vortragselemente mit Körpererfahrung, Partnerübungen und Gruppenarbeit. Der Inhalt wird auf die Bedürfnisse der jeweiligen Gruppe angepasst und kann dadurch variieren. Bereichert wird das Programm durch die künstlerische Darstellung von BUB – Pantomime.

In unserem Training vermitteln wir Ihnen die Essenz aus 30 Jahren Körperarbeit mit Psychotonik und 10 Jahren Coachingerfahrung. Sie erlernen in kurzer Zeit und mit einfachen Körperübungen und mentaler Vorstellung, Ihre Authentizität und Präsenz zu steigern.

Dabei wird der Prozess der Teilnehmer durch das Angebot individueller Kurzcoachings unterstützt, so dass auf **Ihre jeweilige Lebens- und Arbeitssituation** Bezug genommen wird. Das Erlernete können Sie in Präsentationen, Vorträgen und in Gesprächen beruflich wie privat anwenden.

Über **einfache Übungen im Alltag** können Sie die im Training gewonnene Präsenz erhalten oder bei Bedarf erneut aufbauen.

Tag 1

09:00 Uhr

Ankunft

09:30 Uhr

Einführung ins Thema

Körperarbeit

Sicherheit schaffen durch Aufbau des rückwärtigen Raumes

13:00 Uhr

Mittagessen

14:00 Uhr

Körperarbeit

Stärkung der Präsenz durch Aufbau des vorderen Raumes

18:30 Uhr

Abendessen

20:00 Uhr

BUB – Pantomime

»Präsenz – oder die Sache mit dem italienischen Melonenverkäufer«
Ein Soloprogramm zwischen Traum und Wirklichkeit

Tag 2

Ab 08:00 Uhr

Möglichkeit zum Einzelcoaching

09:00 Uhr

Körperarbeit

In Kontakt treten
Präsenz in der Kommunikation

13:00 Uhr

Mittagessen

14:00 Uhr

Transfer in den Alltag

16:30 Uhr

Ende des Workshops

Bis 18:00 Uhr

Möglichkeit zum Einzelcoaching

Stimmen aus dem Kurs

- Etwas ganz Neues, was man so bisher nicht gekannt hat.
- Wichtig für die eigene Entwicklung und das eigene Kommunikationsverhalten.
- Tolle Atmosphäre.
- Einfache und sehr überzeugende Methoden!
- Pantomime war super! Echte Ergänzung zum Kurs.
- Das Seminar „fließt“.
- Weckt Sinne, die ich schon lange nicht mehr genutzt habe.
- Die Trainer haben sehr viel Erfahrung – das merkt man in jeder Sekunde.
- Sehr gute Nebeneffekte: Man lernt die Kollegen besser kennen!
- Einfache Übungen mit großartiger Wirkung.
- Sehr gute Abstimmung zwischen den Trainern.
- Tolles Seminar!