

## Betriebliches Gesundheitsmanagement

# INTENSIVES MENTALES TRAINING „Mal anders“

1.250 € p. P.\*  
\*Preis zzgl. MWST inkl.  
Getränke und Bewirtung

Ort: COMPASS, der mentale Wegweiser  
Gustav-Ricker-Str. 62, 39120 MD (in GTZH-Park)

Termine: Lt. Terminportal über unsere Website  
unter [www.compass-md.de/terminportal/BGM](http://www.compass-md.de/terminportal/BGM)

Dauer: 15 Std. / 2 Tage

Mindestanzahl von Teilnehmern: 3 Personen

### Ziel:

- ▶ **Programm für Führungskräfte, Vertriebler, Nachfolger, Selbständige und Existenzgründer**
- ▶ **Leichtigkeit bei Führung sowie im Verkauf, Ersetzen von bremsenden Mustern und Blockaden**
- ▶ **Intensives Training zur schnellen Erkennung bester Lösungen in schwieriger Lage/Krise, Misserfolg in Erfolg lernen umzuwandeln**
- ▶ **Anwendung der Kampfkunst und Samurai-Lehre bei Formen neuer Führungsqualitäten und Festigung von wertschätzendem Verhalten**
- ▶ **Erkennen und Erschließen neuer Potentiale auf Basis alter japanischen Philosophie mit eigener nachhaltigen Pflege**

### Ablauf:

- |                   |   |
|-------------------|---|
| 10.30 - 12.00 Uhr | Mentales Training                                   |
| 12.00 - 12.45 Uhr | F & A – Runde                                       |
| 12.45 – 13:15 Uhr | Pause / Mittag                                      |
| 13.15 – 15.00 Uhr | ZEN- Meditation, themenbezogen                      |
| 15.00 – 15.45 Uhr | F & A – Runde                                       |
| 15.45 – 18.00 Uhr | Sauna-Gang im Hotel Classic (Zusatzoption, wählbar) |

### Essenzielle Schwerpunkte:

- ▶ Persönlichkeitsstruktur, Selbstbild/Selbstschutz, Stand der Bewusstseins Ebenen
- ▶ Stressbewältigungsstrategien, Hindernisse & Blockaden
- ▶ Schöpfungskreislauf, Problemlösung / Möglichkeitsdenken entwickeln
- ▶ Steigerung physischer / psychischer Stabilität
- ▶ Selbstmanagement hinterfragen, Erlernen von Methoden zu Selbsterkennung freier Potentiale und ihre Erkennung
- ▶ Führen und siegen mit Herz & Verstand erlernen – Samurai-Methode

