



Niederlande

Leinen los - Resilienztraining auf dem Segelschiff (Holland-IJsselmeer)

Von der Flaute über die Brise bis hin zum Sturm – unser Leben ist immer mehr oder weniger in Bewegung. Auf dem Segelschiff beschäftigen wir uns mit den Auslösern von Stress, eigenen Bedürfnissen, Denkmustern und Ressourcen. Ununterbrochene Informationsflut, Aufgaben- und Terminverdichtung, verbunden mit dem persönlichen (negativen) Anspruch, ALLEM und ALLEN gerecht zu werden.

Bildungsurlaub 5 Tage | max. 18 Teilnehmer* innen
1.549,00 € gesamt inkl. MwSt. Seminargebühr, Unterkunft + VP, inkl. Getränken, Materialien und Skript. Auch Hafengebühren, Kurtaxe, Buchungsgebühr sowie Treibstoffkosten sind im Reisepreis inklusive. Zzgl. Anreise*



Die Teilnehmenden beschäftigen sich im Bildungsurlaub Resilienztraining mit den Auslösern von Stress, eigenen Bedürfnissen, Denkmustern und Ressourcen. Sie lernen die Resilienzwurzeln des Menschen kennen und stärken ihre eigene Resilienz, Achtsamkeit und Gelassenheit für den herausfordernden Berufsalltag unter besonderer Berücksichtigung des Resonanzraums Natur und Mensch.



INHALTE

- > Holland – Watten- & IJsselmeer
- > 7 Tage mit Vollverpflegung
- > Segel- und Schiffskunde
- > Ressourcen- und Resilienzstärkung beim Segeln
- > Stärken und Grenzerfahrung erleben beim Mitsegeln und Handanlegen

*Die Unterkünfte sind bereits durch uns vorgebucht. Die Preise finden Sie unter dem jeweiligen Link auf unserer Homepage oder erfahren sie telefonisch. Auch Tagespauschalen ohne Unterkunft sind möglich. Bitte beachten Sie, dass wir weder für die Preisanpassung noch Leistung der Unterkünfte verantwortlich sind. Sobald uns Preiserhöhungen bekannt sind, passen wir diese an. Daher haften wir nur für unsere Seminar- und Ausbildungsinhalte.