

Erlebnis-Training

24 Stunden am Weg zu mehr Führungskompetenz

Wandern ist nicht nur ein Beitrag für aktive Gesundheitsvorsorge, es schafft auch Freiräume für neue Gedanken und hilft Situationen im Alltag anders einzuschätzen und dadurch leichter zu bewältigen. Begleitet durch einen erfahrenen Wanderführer und Trainer werden Sie mit uns Themen der Führung in einem anderen Rahmen kennenlernen, die dadurch erlangten Erkenntnisse werden nachhaltig in das künftige Handeln integriert.

Ziele

- » Meistern der mentalen und körperlichen Herausforderung (ca. 50km Wandern ohne Schlaf)
- » Eigenes Durchhaltevermögen stärken
- » Eigene Ziele erreichen
- » Führungskompetenz steigern
- » Selbst-/Motivation steigern

Inhalte

- » Persönliche Standortbestimmung
- » Individuelle Erfolgsbilanz
- » Ziele setzen, verfolgen & erreichen
- » Rollenbild & Rollenklarheit schärfen
- » Ressourcenfragen klären & Entscheidungen treffen
- » Stärken & Entwicklungspotenziale erkennen
- » Umgang mit Chancen & Herausforderungen
- » Grenzen kennenlernen & überschreiten
- » Durchhaltevermögen stärken

Wissenswertes

- » 24 Stunden durchgehende Wanderung
- » Route auch für Ungebügte geeignet
- » Erarbeitung der Themen während der Wanderung
- » Wir empfehlen gut eingegangene Wanderschuhe
- » Wir raten, sich nach dem Wandern abholen zu lassen

Zielgruppe

- » Alle Mitarbeiter*innen
- » Alle Führungskräfte
- » Aller Bereiche und Ebenen

Leistungspaket

- » 24 Stunden Führungs-Seminar
- » Betreuung durch erfahrenen Wanderführer und mehreren Trainer*innen
- » Verpflegung an den Labestationen
- » Einmaliges Erleben der eigenen Grenzen und Fähigkeiten
- » Ausrüstung: Wanderrucksack, Stirnlampe, Regen- & Sonnenschutz, Verbandszeug, Trinkflasche, Handtuch

Mitzubringen sind

- » Sehr gute, knöchelhohe Bergschuhe
(Bitte unbedingt gut eingehen!)
- » Warme Kleidung zum Wechseln
(in der Nacht kann es auch im Sommer kalt werden)
- » Leichte Sommerhaube und Handschuhe
- » Evtl. Wanderstöcke
- » Evtl. leichte Verpflegung für zwischendurch
(während der Wanderung kehren wir ein oder bereiten uns selbst gemeinsam warme Mahlzeiten zu)
- » Speziallebensmittel
(bei Diät/nahrung/Unverträglichkeit)
- » Handy mit geladenem Akku

Weitere Informationen

- » www.mtraining.at/persoenelichkeit