

Coaching pur

Wollen Sie mehr vom Leben?

Stellen Sie sich manchmal die Frage: «was nun?»

Nehmen Sie sich immer wieder Dinge vor, die Sie dann doch nicht in die Tat umsetzen?

Sehnen Sie sich nach mehr Gelassenheit und Ausgeglichenheit?

Wünschen Sie sich mehr Fokus in Ihrem Leben?

Haben Sie einen Traum?

Mit mir als Coach

- Finden Sie heraus, was Ihnen im Leben wirklich wichtig ist
- Erkennen Sie Ihre Verhaltensmuster und lernen Sie sie zu verändern.
- Entdecken Sie Ihre Stärken und bauen Selbstvertrauen auf.
- Lernen Sie immer wieder dazu und entdecken neue, kreative Lösungsansätze.
- Begleitet Sie ein Mensch, der an Sie glaubt und Sie darin bekräftigt Ihre Pläne zu verwirklichen.

Wie läuft es ab?

Als Fundament starten wir mit einer Basissitzung von 1.5 bis 2 Stunden. Dort geht es darum Stärken, Werte und Ressourcen zu entdecken, mit denen wir anschliessend arbeiten werden. Auch die Rahmenbedingungen für die erfolgreiche Zusammenarbeit werden wir besprechen. Die Coaching-Sessions finden in Bewegung im Freien statt. *

Der Coaching-Prozess braucht seine Zeit, darum sind mehrere Sitzungen über einen längeren Zeitraum erfolgsversprechend.

Was kostet es?

Das Startpaket beinhaltet 5 Sessions welche über einen Zeitraum von ca. 3 Monaten verteilt werden. (Basissitzung + 4 weitere à 1h).

Coaching pur für 3 Monate

680 CHF

* ca. 8'000 Schritte pro Session gibt es gratis dazu

Klingt spannend – was nun?

Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf. Sprechen Sie mich direkt an oder rufen mich an unter 079 375 13 62. Gerne können wir einen Termin für ein kostenloses, unverbindliches Probecoaching (15min) vereinbaren.