



GESUNDHEITS.KOLLER  
GENUSS INKLUSIVE.

PERSÖNLICHE UND BETRIEBLICHE  
GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Andreas Koller  
Steingasse 17 . 4100 Ottensheim  
mobil . + 43 664 9250214  
andreas@gesundheitskoller.com  
www.gesundheitskoller.com

## UNSER ANGEBOT: FÜHRUNGSKRAFT AM WEINBERG – IDEENFINDUNG ZWISCHEN WELSCHRIESLING, BACKHENDL UND KERNÖL

Alte Reben (ab 40 Jahren) stehen für hohe Qualität sowie dichtere Aromen und werden oft zu raren, gesuchten Weinen mit entsprechenden Preisen. Der quantitative Ertrag nimmt im Laufe der Jahre etwas ab, die Qualität nimmt jedoch um diesen Faktor zu.

Genauso verhält es sich mit Führungskräften. Je älter, desto besser. Vorausgesetzt eine Führungskraft achtet auf seine Führungskraft. Selbst-Management und Selbst-Motivation sind Kraftquellen erfolgreicher Führungskräfte. Ein achtsamer Umgang mit sich selbst, ein ökonomischer Umgang mit seinen Ressourcen, Umsicht und Überblick, Ausdauer und Durchhaltevermögen, Humor und Gelassenheit sind gefragt, um auch für andere gut da sein zu können.

### Ein Erlebniseminar für Körper, Geist und Seele!

- . Tanken Sie Führungskraft im südsteirischen Weinland am Weingut Maitz!
- . Tauschen Sie sich in einem kleinen, aber feinen Kreis von Gleichgesinnten aus!
- . Finden Sie Ideen zur Erleichterung Ihrer Arbeit!
- . Profitieren Sie von den Erfolgs-Strategien erfahrener Coaches!
- . Seien Sie gut zu sich!

### Inhalte:

- . Gesundheits-Coaching: Regeneration, Schlaf, Chronobiologie, Work-Life-Balance, Bewegung, Ernährung, Genuss
- . Motivations-Coaching: „Wer ein Wozu hat, erträgt jedes Wie!“ (Nietzsche)
- . Mental-Coaching: Die Kraft der Gedanken und die Macht der Gefühle
- . Cross-Learning: Erfolgsgeheimnisse der Winzer

### Rahmen:

- . Meditatives Wandern in den Weinbergen
- . Arbeit im Weingarten
- . Verkostungen und abendliche Weinbegleitung
- . Gaumenspiel vom Feinsten
- . Unterbringung in gemütlichen Winzerzimmern
- . Seminarraum mit Blick über die Weinberge

Dieses Seminar wird in Zusammenarbeit mit LOCOMOTION CONSULTING durchgeführt.