



# Workshop Das Wesentliche Mit Besteigung eines Viertausenders



**Das Wesentliche**

**Sa. 2. bis Sa. 9. Juli 2016**

**Saas-Grund / Wallis**

# Workshop

# Das Wesentliche

**Dieser Workshop lässt Sie einen Blick von oben auf die wesentlichen Aspekte Ihres beruflichen und persönlichen Lebens werfen - gepaart mit dem Luxus der Ruhe und Einsamkeit in herrlicher Bergwelt, sowie Wanderungen und der Besteigung eines Viertausenders.**

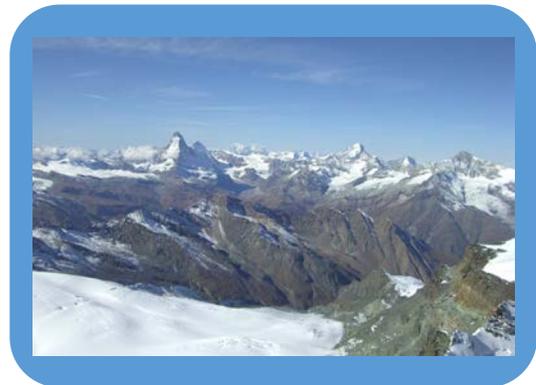
Sie sind erfolgreich und stark eingespannt, trotzdem haben Sie manchmal das Gefühl, etwas kommt zu kurz oder fehlt. Dann ist dieser Workshop ideal für Sie.

Der Workshop führt Sie aus dem Alltagsstress heraus an einen idyllischen Ort auf 2000m Höhe mit dem Luxus der Ruhe und Einsamkeit.

Sie bauen klare Visionen Ihres persönlichen Erfolgs auf, lernen Stress konstruktiv zu nutzen und Ihre Energie zielgerichtet einzusetzen. Parallel wandern Sie täglich, genießen die Natur und steigern Ihre körperliche und mentale Fitness. Als Höhepunkt besteigen Sie einen Viertausender. Neue Gipfel werden erreichbar, auch im Beruf und im persönlichen Bereich. Anstrengung wird durch Entspannung ergänzt. Finden Sie die richtige Balance.

## Ihr Nutzen bei diesem Workshop:

- Sie bauen klare und pragmatische Ziele im beruflichen
- und persönlichen Bereich auf.
- Sie bekommen Tools um langfristig und nachhaltig motiviert mit Ihren Herausforderungen umzugehen.
- Strategien zum Erfolg erproben Sie beim Aufstieg auf einen Viertausender.



**Lassen Sie Handy, Laptop und Kreditkarte zuhause – Konzentrieren Sie sich auf spannende neue Perspektiven...**

## Seminarort:

Eine Berghütte in der Nähe von Saas-Fee (Schweiz) mit Blick auf die Saaser Viertausender. Sie wohnen in einem Hotel in Saas-Grund.



## Teilnehmer:

Min. 3 TN, max. 5 TN

**Zeit:**

Samstag, der 2. Juli ( 16 Uhr) bis Samstag, der 9. Juli 2016 ( 9 Uhr)

**Sie investieren:**

Euro 2.700,-  
All-inclusiv-Preis: Seminar, Unterkunft,  
Verpflegung, Getränke, Bergführer,  
Eisrüstung, Bergbahn,  
Seminarunterlagen  
Max. 5 Teilnehmer

**Ablauf der Seminartage** (kann sich auf Grund der Wetterlage verändern)

Samstag, der 2.7. – Ankommen in der Natur

Sie werden in Saas-Grund abgeholt und fahren über eine Forststraße bis auf 1900m. Von dort ca. 20Minuten Fußweg bis zum herrlich gelegenen Berggasthaus. Sie lernen die Seminar Teilnehmer und den Seminarort, einen ausgebauten Heustadel, kennen.

Sonntag, der 3.7. – Motivation und Lebenslinie

Sie beschäftigen sich im Seminar mit einigen wichtigen Stationen Ihres bisherigen Lebens und arbeiten motivierende Aspekte heraus. Am Nachmittag lernen Sie bei einer kurzen Wanderung die Umgebung kennen und gewöhnen sich an die Höhe.

Montag, der 4.7. – Stress und der Umgang mit Werten

Stress wird in seinen verschiedenen Erscheinungsformen beleuchtet. Sie lernen positiven Stress noch besser zu nutzen. Ihre Werte werden als wichtiger Bestandteil Ihrer inneren Motivation Beachtung finden. Nachmittags wandern Sie in etwas größere Höhen.

Dienstag, der 5.7. – Höhenweg und Ziele

Morgens beschäftigen Sie sich mit Ihren Zielen für die nächsten drei Jahre. Dann begeben Sie einen der schönsten Höhenwege des Saas-Tales. Abendessen auf Kreuzboden (2400m) mit herrlichem Panoramablick oder in einer privaten Berghütte.

Mittwoch, der 6.7. – Gesundheit und Prioritäten

Heute entspannen Sie. Im Seminar geht es um Ihre Gesundheit und das Setzen von Prioritäten. Sie erarbeiten sich individuelle Wege zu mehr Vitalität.

Donnerstag, der 7.7. – Bergsteigen in klassischer Form

Sie fahren nach Saas-Fee, leihen Bergausrüstung aus, fahren mit der höchsten unterirdischen Standseilbahn der Welt zum Mittelallalin. Von dort besteigen Sie das Allalinhorn (4023m) mit einem einheimischem Bergführer (wenn vom Wetter her möglich ). Stilvolles Abendessen.

Freitag, der 8.7. – Ziele und Hüttenabend

Sie reflektieren Ihre Erfahrungen vom Vortag und übertragen diese auf Ihren Alltag. Klare Ziele und deren Umsetzung stehen im Mittelpunkt. Hüttenabend mit Raclette vom Holzfeuer.

Samstag, der 9.7. – Heimreise

Nach dem Frühstück werden Sie nach Saas-Grund gebracht zur individuellen Heimreise.



Einfach im Fensterkuvert versenden oder per Fax an 07025/83207

Mario Biel Coaching  
Herr Mario Biel  
Paulusstr. 30  
D-72639 Neuffen

**Anmeldung**

**zum Workshop  
Das Wesentliche  
vom 2.7. bis 9.7.2016 in Saas-Grund**

**Hiermit melde ich mich verbindlich zu obigem Seminar an.**

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/ Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Datum:

Unterschrift:

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.