Anmeldeformular 2027

2-tägiges arowa Intensiv-Seminar · Präsenz

arowa
TRAINING·COACHING·SEMINARE

Business meets TaiChi

Selbstführung & Resilienz

Business meets TaiChi verbindet Körperwahrnehmung und berufliche Reflexion. Sie erproben Atmung, Haltung und Aufmerksamkeit für mehr Präsenz, innere Stabilität und bewusste Selbstführung.

Ihr Nutzen

01 Innere Stabilität stärken
Stresssignale wahrnehmen und sich bewusst zentrieren.

02 Präsenz entwickeln
Haltung, Atmung und Aufmerksamkeit bewusst einsetzen.

03 Gelassener handeln
Reaktionsmuster reflektieren und neue Wege erproben.

▸ **Trainerteam kennenlernen**

Fragen zur Buchung: +49 (0)761 389299-72

Themenschwerpunkte

Selbstführung & Veränderung
Eigene Muster erkennen, Orientierung gewinnen und bewusst Entscheidungen treffen.

Balance & Zentrierung
Yin und Yang, Atmung, Verwurzelung und Aufrichtung praktisch erfahren.

Wahrnehmung & Präsenz
Aufmerksamkeit, Körperhaltung, Kontakt und Empathie in Übungen erkunden.

Führen & Folgen
Rollen, Vertrauen, Nähe und Distanz in der Zusammenarbeit reflektieren.

Resilienz & Selbstregulation
Stresssignale erkennen, Abstand gewinnen und neue Handlungsoptionen entwickeln.

Werte & Business-Transfer
Übungserfahrungen auf Kommunikation, Entscheidungen und den eigenen Arbeitsalltag übertragen.

Zielgruppe

Für Fach- und Führungskräfte, Projektverantwortliche, Selbstständige sowie Privatpersonen mit Interesse an beruflichem Transfer. Besonders geeignet, wenn Sie bewusster mit Belastung umgehen und Ihre Präsenz stärken möchten. Keine TaiChi-Vorkenntnisse erforderlich.

Termine 2027

2 Tage
jeweils 9 - 17 Uhr

Maximal 8
Teilnehmende

▸ **Freiburg** 22. - 23.05.2027
13. - 14.11.2027

Ihr Seminarort

TaiChi-Schule Freiburg

Tullastraße 40 · 79108 Freiburg

▸ **Seminarort & Anreise**

Reguläre Seminargebühr pro Person

Unternehmen: 1.832,60 € inkl. MwSt.
Selbstzahlende: 1.249,50 € inkl. MwSt.

▸ **Aktuelle Rabatte ansehen**

Frühbucher · Last-Minute · Mehrbucher

Kleingruppensetting | **Inklusivleistungen** | **max. 8 Teilnehmende**

Verpflegung
Mittagessen, Getränke & Snacks

Seminarunterlagen
Praxisimpulse & persönliche Transferpunkte

Praxis & Transfer
TaiChi-Übungen, Reflexion und Business-Transfer

Teilnahmezertifikat
Ihr arowa-Zertifikat nach Seminarabschluss

Reise, Übernachtung und Parken sind nicht enthalten.

▸ **Online auf der Website anmelden** ODER **PDF auf Seite 2 ausfüllen**

Ihre Seminaranmeldung

2027 · Freiburg · Für Unternehmen, Organisationen und Selbstzahlende

arowa TRAINING·COACHING·SEMINARE

01 Seminarort und Termin *

* Pflichtfelder

Bitte genau einen Termin wählen: Auswahlkreis neben dem Datum anklicken.

- ● **Freiburg**
- ○ **22. - 23.05.2027**
- ○ **13. - 14.11.2027**

Reguläre Seminargebühr pro Person · Bitte Tarif wählen *

○ **Unternehmen**
1.832,60 € inkl. 19 % MwSt. (1.540 € netto)

○ **Privatpersonen / Selbstzahlende**
1.249,50 € inkl. 19 % MwSt. (1.050 € netto)

10 % ab 2 Personen je Firma. Ihr günstigster anwendbarer Rabatt wird automatisch berücksichtigt.
Rabatte sind nicht kombinierbar.

02 Teilnehmende & Rechnungsdaten

Zeilen 2 und 3: optional

Vor- und Nachname (1. Person *) | E-Mail (optional) | Abteilung / Position (optional)

Auftraggeber: Unternehmen oder Name *

Ansprechperson für die Buchung *

Straße / Hausnummer *

PLZ / Ort / Land *

Telefon / Durchwahl *

E-Mail für Buchungsbestätigung *

Rechnungs-E-Mail (optional)

Bestellnummer / Kostenstelle (optional)

Abweichende Rechnungsanschrift (optional)

03 Ihre Themenwünsche (freiwillig)

Die Auswahl hilft bei der Vorbereitung und gilt für die hier angemeldeten Personen. Alle Kästchen dürfen leer bleiben.

- ☐ Eigene Stresssignale früher wahrnehmen
- ☐ Atmung und Zentrierung bewusst einsetzen
- ☐ Körperhaltung und Präsenz wahrnehmen
- ☐ Balance und Verwurzelung praktisch erfahren
- ☐ Unter Druck gelassener reagieren
- ☐ Automatische Reaktionsmuster reflektieren
- ☐ Veränderungen und Entscheidungen bewältigen
- ☐ Aufmerksamkeit und Fokus stärken
- ☐ Nähe, Distanz und eigene Grenzen klären
- ☐ Führen, Folgen und Rollen bewusst gestalten
- ☐ Empathie und Kommunikation weiterentwickeln
- ☐ Persönliche Routinen für den Alltag entwickeln

Ihre Praxisfrage oder Ihr Lernziel (optional)

Ohne Namen Dritter oder vertrauliche Daten.

04 Coaching nach dem Seminar (optional)

▸ **Coaching-Details** | Coaching-Auswahl löschen

Im 1:1-Coaching per Videocall vertiefen Sie Selbstführung und persönliche Umsetzung.

Paketpreis je Person zusätzlich zur Seminargebühr. Ohne Auswahl kein Coaching.

○ **2 x 60 Min. · 290 € netto**
345,10 € brutto bei 19 % MwSt.

○ **2 x 90 Min. · 390 € netto**
464,10 € brutto bei 19 % MwSt.

Coaching für (Namen):

05 Buchung abschließen

☐ **Ich buche kostenpflichtig** für den angegebenen Auftraggeber das Seminar für die genannten Teilnehmenden und das unter 04 gewählte Coaching. Ich bin buchungsberechtigt, akzeptiere die **AGB** und habe die **Datenschutzhinweise** sowie bei privater Buchung die **Widerrufsbelehrung** gelesen. *

Buchungsbestätigung mit Preis und Details per E-Mail. Bei ausgebuchtem Termin informieren wir Sie umgehend.

1. PDF im PDF-Programm speichern
Dazu »Speichern unter« wählen.

▸ **2. E-Mail öffnen: info@arowa-trainings.de**
PDF selbst anhängen und absenden.