



Biken, Schneeschuh- oder Kanutour, Snowboarden oder Trekking & Persönlichkeit weiterentwickeln

# EDEN

Unsere

## Life Challenge

Seminare für Ihre persönlichen Entwicklungen

Lernen mit Herausforderungen umzugehen, um den Lebensweg aktiv zu gestalten

### Gehen Sie Ihre ganz persönlichen Herausforderungen an!

Lernen Sie von den ungewohnten Erlebnissen. Gemeinsam übertragen wir diese Erfahrungen auf Ihre persönliche Entwicklung im Berufsalltag. Während der Bike-, Kanu-, Trekking- oder Schneeschuhtour müssen Sie lernen mit verschiedenen Herausforderungen umzugehen. Auf der Basis des DISG Persönlichkeitsprofils wird Ihr persönlicher Style analysiert. Sie nutzen die Erlebnisse in der Natur und bewältigen körperlich und mental herausfordernde Aufgaben.

### Unsere Life Challenge Seminare sind das Richtige, wenn Sie

- lernen wollen an Herausforderungen spielerisch heranzugehen
- ihre persönlichen (beruflichen) Herausforderungen analysieren und bewerten wollen
- lernen wollen Hürden zu meistern und Motivationslöcher zu überwinden
- über Ihre besonderen Stärken, Fähigkeiten, Werte und Einstellung reflektieren wollen

### Ihr Nutzen:

- Eine Standortbestimmung zu Ihrem Berufsalltag
- Den eigenen Stil entdecken und weiterentwickeln
- Ihre eigene Persönlichkeit und Ihr Potenzial erkennen
- Mut, Kraft, Leidenschaft und Flow-Momente im Alltag freisetzen

### Inhalte:

- DISG Persönlichkeitstest – Was für ein Typ bin ich?
- Vom Anfänger zum Profi – Wo stehe ich gerade?
- Umgang mit Frust – Wie überwinde ich Hindernisse?
- „Kein Bock mehr“ – Wo finde ich neue Motivation und Sinn?
- Ambiguitätstoleranz – Wie kann ich mit Widersprüchlichem umgehen?

### Durchführungsorte:

Deutschland, Schweiz und Österreich

**Teilnehmerpreis: 299 EURO**

### Leistungen:

- 2 tagesiges Persönlichkeits-Training
- Durchführung und Begleitung von erfahrenen Persönlichkeits-Trainern
- Seminar-Unterlagen und Workbook
- DISG Persönlichkeitstypologie
- persönliche Coaching Gespräche

### Zielgruppe:

- Führungskräfte
- Teamleiter
- Nachwuchsführungskräfte

### Trainer:



**Sebastian Reeh**  
ErlebnisCoach  
Bankkaufmann  
Dipl. Sozialpäd.  
und Buchautor

**EDEN**

EMPOWERMENT DEVELOPMENT EXPERIENCES NATURE

ERLEBNIS COACHING & TRAINING

INFO@E-D-E-N.EU

0041 76 216 076 0

NORDSTR.331 / 8037 ZÜRICH