



MEER-ZEIT FÜR MICH!

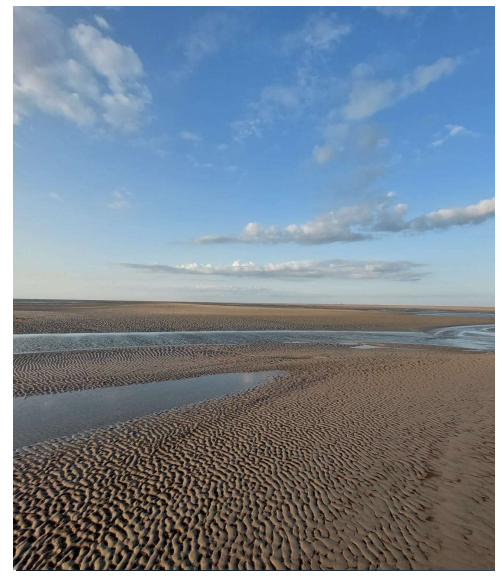
4 Tage Auszeit & Auftanken für Frauen in St. Peter-Ording
mit Karin Sesselmann

DONNERSTAG, 26.05. BIS SONNTAG, 29.05.2022
(HIMMELFAHRT-WOCHENENDE)



WERTE. WACHSTUM.
WIRKSAMKEIT.

KARIN SESSELMANN



KENNST DU DIESE FRAGEN?

Warum fliegt mein Leben an mir vorbei? Was sind meine Kraftquellen für den Alltag? Wie kann ich mich besser abgrenzen? Wie kann ich nicht nur für andere, sondern auch für mich gut sorgen? Warum bin ich oft müde und erschöpft und wie kann ich das ändern? Wie werde ich von der Getriebenen zur Gestalterin meines Lebens?

BESCHREIBUNG

Das Seminar ist für

- alle Menschen, die mindestens eine der Fragen aus ihrem eigenen, inneren Dialog kennen
- alle Menschen, die sich eine Auszeit am Meer gönnen wollen
- alle Menschen, die das Gefühl haben, mal wieder etwas für sich machen zu wollen

Das lernst Du für den sofortigen Einsatz:

- Deine eigenen Bedürfnisse wieder zu hören und sie in den Alltag zu integrieren
- Du hast Klarheit darüber, wie Deine Zukunft aussieht
- Von der Getriebenen zur Gestalterin Deines Lebens zu werden

Das bringt Dir Deine Auszeit am Meer dauerhaft:

- Dein Alltag ist leichter, freudiger und sinnerfüllter als vorher
- Durch die bessere Abgrenzung bleibst Du auf einem hohen Energielevel
- Du hast das tiefe Gefühl der Zufriedenheit, da Du jetzt aktiv Dein Leben steuerst



DER PROGRAMMABLAUF

MITTWOCH, 25.05.

20.00 Get Together (optional)

DONNERSTAG, 26.05. BIS SAMSTAG, 28.05.2022

Morgens: Yoga am Strand (optional)

Vormittags: Zeit für Dich in der Gruppe mit Karin; Mindset-Arbeit, Techniken, Tools, Reflektion, Strategien für den Alltag

Nachmittags: Meer-Zeit für Dich alleine

Abends: Gemeinsame Erlebnisse in der Gruppe, wie z.B. Wattwanderung, Sterne schauen, Krabben pühlen (optional)

SONNTAG, 29.05.2022

Vormittags: Zeit für Dich in der Gruppe bis 11.00 Uhr; danach Abreise

DEIN BEITRAG regulär: ~~997~~ EUR

**DEIN BEITRAG "Friends & Family":
697 EUR**

(gilt für alle FreundInnen, Bekannte, KollegInnen und Deine Empfehlungen)

DIE SEMINARLEITERIN KARIN SESSELMANN

DAS BIN ICH:

- Betriebswirtin & NLP-Coach
- Fast 10 J. Erfahrung als Trainerin, Beraterin & Coach
- Insgesamt mehrere hundert Teilnehmende bei Workshops
- Von der Angestellten zur Freiberuflerin
- Von Süddeutschland an die Nordseeküste
- Von „mein Leben ist ok“ hin zu „ich bin glücklich“
- Mein Motto: Do more of what makes you happy!

SO ARBEITE ICH:

Meine Überzeugung: die beste Technik und das beste Tool sind nutzlos, wenn Deine innere Überzeugung nicht mitspielt. Oft bekommen wir durch unsere Erziehung nicht-dienliche Glaubenssätze eingetrichtert. Diese gilt es aufzudecken und zu wandeln. Von daher sind meine Seminare immer eine Mischung aus Mindset-Arbeit, vermitteln von Techniken, Tools und Strategien plus anschließendem Integrieren in den Alltag.

DAS IST MIR WICHTIG:

Meine Seminare bieten einen geschützten Raum. Was dort besprochen und erarbeitet wird, bleibt in der Gruppe. Hier gilt höchste Vertraulichkeit.

GRUPPENGROSSE

Ich arbeite gerne in kleinen, feinen Gruppen. Von daher liegt die maximale Gruppengröße bei 10 Personen. Die Mindestgröße sind 4 Personen. Sollte diese nicht erreicht werden, wird die Veranstaltung abgesagt.

SICHERHEIT

Das Seminar findet unter den dann geltenden Regelungen zur Eindämmung der Pandemie für Schleswig-Holstein statt.

FRAGEN & BUCHEN

Schriftlich per E-Mail an:

moin@karin-sesselmann.de

Telefonisch, per Sprachnachricht oder SMS an:

+49 (0)163 23 55 730



JETZT
anmelden



ST. PETER-ORDING

Stundenlang spazieren gehen oder einfach nur das Spiel der Wellen beobachten... mit den Füßen am Wasser entlang laufen oder volle Lote eintauchen in das kühle Nass... den Rufen der Möwen lauschen oder doch lieber den Wellen... sich in einem der Pfahlbauten hoch über dem Meeresspiegel kulinarisch verwöhnen lassen oder sich am Kiosk ein Fischbrötchen holen...



Unser Seminar-Raum

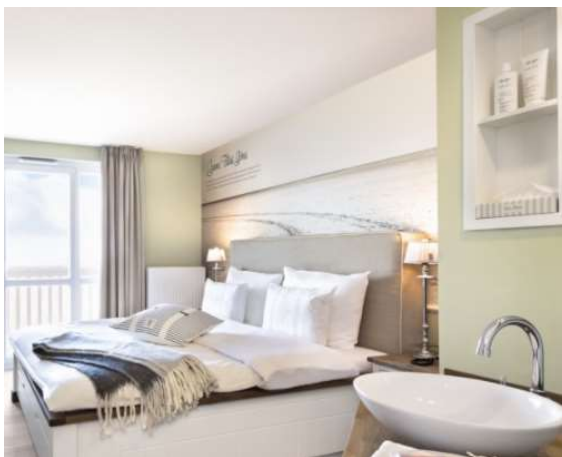
Das Beach Motel ist lässig im Beach-Look eingerichtet und vor allem: es ist direkt hinter dem Deich gelegen. Du kannst morgens vor dem Seminar kurz über den Deich zum Meer schauen oder ausgiebig am Strand spazieren gehen. Unser Seminar-Raum befindet sich im ruhigen hinteren Teil des Motels mit Blick auf die Schafswiden. Ein wundervoller Ort für ein Seminar.



Deine Unterkunftsmöglichkeiten

Im **Beach Motel** ist ein Zimmer-Kontingent für uns reserviert. Du kannst auf das Kontingent bis zum 01.03.2022 zugreifen.

Alternativ liegen neben dem Beach Motel die Hotels „Zweite Heimat“ und „Kölfhamm“.



Das Hotel „Zweite Heimat“ ist mit viel hellem Holz und hyggeliger Atmosphäre gestaltet. Das Hotel Kölfhamm hat frisch renovierte Zimmer und ist aufgrund seiner Lage das ruhigste Hotel.

Du bevorzugst eine Ferienwohnung?
Meine Empfehlung: Ortsteil „Ording“

Die Übernachtungen sind nicht im Seminar-Preis inkludiert.



FRAGEN & BUCHEN:

Schriftlich per E-Mail an:
moin@karin-sesselmann.de



**WERTE. WACHSTUM.
WIRKSAMKEIT.**
KARIN SESSELMANN

FRAGEN & BUCHEN:

Telefonisch:
+49 (0)163 23 55 730