

LEBEN NEU!



Für Frauen, die sich selbst herausfordern wollen.

DAS SIND SIE!

Sie sind beruflich erfolgreich, Mutter, Partnerin, Freundin, Tochter und in allen Rollen haben Sie einen hohen Anspruch an sich selbst.

Sie sind im Leben angekommen und gleichzeitig wollen Sie weiterkommen. Sie möchten noch mehr aus sich herausholen und nicht in einer Komfortzone verharren.

Sie wollen wissen, was hinter dem nächsten Schritt liegt, Ihre Superpower entdecken und diese gezielt einsetzen.



DAS WERDEN SIE!

Sie ergreifen die Chance noch einmal ganz neu auf sich und Ihr Leben in der Reflexion zu schauen. Sie werden außerhalb Ihrer Rollen und Möglichkeiten denken, Grenzen sprengen und wachsen.

Sie werden wieder neugierig sein, erkennen, das noch so viel mehr in Ihrem Leben möglich ist und mit neuer Power Ihre Entscheidungen treffen.

Mit maximal 8 Powerfrauen gehen Sie gemeinsam den Fragen nach: Was kann ich? Wofür stehe ich? Wie möchte ich wahrgenommen werden?

Sie werden Ihre Treiber, Ressourcen und Talente (neu) entdecken und lernen individuelle, authentische und wirksame Strategien für Ihre nächsten Ziele einzusetzen.



DIE MODULE

- Geschützter Rahmen mit max. 8 Teilnehmerinnen
- „Leben Neu“ Starter Kit für den Kick Off Abend
- 10 intensive live Module via Zoom
- Übungstools für zu Hause
- 10 magische Entwicklungswochen
- Überraschungsgast
- Networking mit anderen Powerfrauen

M1 – KICK OFF

Kennlernen – Austauschen – Lachen

M2 – DEINE ERFOLGSGESCHICHTE

Wir starten alle von unterschiedlichen Punkten, können auf vielseitige Erfahrungen und Erfolge zurückblicken. In diesem Modul schauen wir auf das, was schon ist, was schon erreicht wurde und erkennen unsere Leistungen und das, was wir besonders gut können, an. Das bildet die Basis für alle weiteren Module.

M3 – RESSOURCEN

Erfahren Sie Ihr wirkliches Potential, in dem Sie hinter das gucken, was schon da ist. Kommen Sie raus, aus Ihrer Comfortzone und erkennen Sie, welche Wege Sie noch beschreiten können. Entdecken Sie, wer Sie jenseits Ihrer Rolle als Mutter, Leaderin, Tochter und Partnerin sind.

M4 – WERTE

Werte sind unser innerer Kompass. Sie leiten uns bewusst und unbewusst. Sie sind der Motor für unsere Ziele. Nur wenn unsere Werte mit unseren Zielen übereinstimmen, können wir diese unbeschwert erreichen.

M5 – GEFÜHLE

Gefühle wollen gelebt werden und alle unsere Gefühle haben eine Superkraft. Wir geben Ihnen den Rahmen, die Tools und den Raum, um die Energie Ihrer Gefühle zu spüren, ihre Funktion zu erkennen und ihre Kraft zu nutzen.

M6 – POSITIVES MINDSET

Ihre Gedanken haben Sie bis hierhergebracht. Doch welche Gedanken stehen Ihnen im Weg? Was müssten Sie denken, um Ihre Ziele zu erreichen? Wir lassen alte Glaubenssätze, die uns nicht mehr nützlich sind, los und sprengen unsere inneren Grenzen.

M7 – ZIELE & VISIONBOARD

Wo wollen Sie hin? Was wollen Sie erreichen? Sich Ziele zu setzen schafft Klarheit und der Blick ist nach vorn gerichtet. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Ziele finden und wie Sie sie schneller umsetzen können.

M8 – ERFOLGSSTRATEGIEN & RITUALE

Was machen erfolgreiche Menschen anders? Welche Strategien haben sie? Welche Rituale können uns auf unserem Erfolgsweg unterstützen? Integrieren Sie die Erfolgsmuster dauerhaft in ihr Leben und achten Sie weiterhin auf sich und Ihre Bedürfnisse.

M9 – ERFOLG & ERNÄHRUNG

Wir sind, was wir essen. Gerade jetzt erfahren wir noch einmal eindringlicher als bisher, wie wichtig unsere Gesundheit ist. Gute Ernährung ist der Schlüssel zu einem gut funktionierenden Immunsystem, einem hohen Energielevel und voller Konzentration. Lernen Sie, wie Sie noch besser für sich sorgen können.

M10 – ABSCHLUSS & FEEDBACK

WIR SIND

Wir lieben es Frauen zu empowern. Wir glauben, dass emotionale Kompetenz, das Bewusstsein der eigenen Kompetenzen und die Leidenschaft sich immer wieder weiterzuentwickeln die wichtigsten Assets für eine erfolgreiche Karriere sind. Wir sind überzeugt, dass in jeder Frau mehr steckt, als sie für möglich hält. Jede Frau hat die Chance über sich selbst hinauszuwachsen.

FRANCA VILLARROEL

Franca ist etablierte Team & Business Coach im Raum Marbella. Als Emotional Consultant unterstützt sie Unternehmen und ihre Teams dabei, sich zu transformieren und zukunftsfähig aufzustellen. Den Fokus ihrer systemisch fundierten Arbeit bildet das Zusammenspiel aus Emotionen, persönlichen Ressourcen und Leadership. Die ausgebildete Schauspielerin hat ein ausgesprochen großes Herz für Menschen. Und ein noch größeres Herz für ihre drei Kinder.



FRANZISKA PLESSER

Franziska ist Rechtsanwältin und hat 12 Jahre lange als Geschäftsführerin einen Bauverband geführt. Ihr großes Talent, Menschen als Ganzes in ihren Ressourcen zu fördern und in ihren Bedürfnissen wahrzunehmen, hat sie vor einigen Jahren ins Coaching geführt. Seitdem begleitet sie als systemischer Life & Business Coach Frauen erfolgreich dabei, neue Visionen und Ziele für sich zu erarbeiten oder verborgene Kompetenzen zu (re)aktivieren. Franziska lebt in Berlin und hat vier Kinder.



LOS GEHT'S!

Melden Sie sich jetzt an und sichern Sie sich unser einmaliges
First Mover Angebot:

~~3.400€~~

2.900€

zzgl. MwSt.

ANMELDUNG:

lebenneu@diecoachingstunde.de

START:

Auf Anfrage

DAUER:

10 Module á 2 Stunden

(1 Modul pro Woche)

ORT:

Live via Zoom

WIR FREUEN
UNS AUF SIE!

