

Gesundheit & Wellness

Gesundheit & Wellness

Du bist hier: [Startseite](#) / [Führungskräfte & Teams](#) / Gesundheit & Wellness

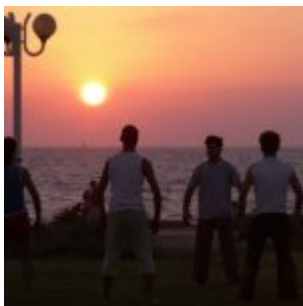
Work-Life-Balance





















Zeit für dieses Teamevent

auf [Anfrage](#)

Teamevent Teilnehmer

auf [Anfrage](#)

Teamevent Programmpreis

auf [Anfrage](#)

Ein Erlebnis für Ihre Sinne

Variantenpaket

Zu buchen als Teambuilding, als Incentive + Event, als Betriebs-/ Gruppenausflug, als inhaltliche Arbeit in der Kombination mit Teambuilding und systemischem Prozess-Coaching, als Kick-Off/Tagungspause uvm.

Bereit für innere und äußere Zufriedenheit in Ihrem Beruf?

Flüchtigkeitsfehler, Hektik, gereizte Stimmung, volle Schreibtische, ewige Wechsel im Alltag und eine permanente Müdigkeit? Verbringen Sie und Ihr Team eine von uns begleitete abenteuerliche Expedition zu sich selbst und Ihrer individuellen Zufriedenheit. Abschalten, eintauchen, berühren lassen und Kraft tanken. Stärken Sie gemeinsam mit Ihrem Team Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit! Gerne auch in unseren offenen Gruppen!

Der Work-Life-Balance-Workshop gibt Ihnen mit ausgewählten Indoor- & Outdoor-Übungen und gezielt prozess-dynamischem sowie theoretischem Input, frische Impulse für Ihre persönliche Entwicklung. Er unterstützt Sie dabei, Leben und Arbeit in Einklang zu bringen und Ihr inneres Gleichgewicht zu finden. Unsere hoch qualifizierten Trainer arbeiten systemisch-dynamisch sowie interaktiv mit Hilfe von Indoor- & Outdoor-Übungen, unter anderem auch mit gezielten Einheiten fernöstlicher sowie moderner Life-Work-Einheiten (Pilates, Fechten, Power Paddling, Tai Chi, Power Walking, Elektro-Räder Touren, Power Stepping etc.)

Erfahren Sie mehr »

Sie erleben sich selbst und Ihre Kollegen aus einer neuen Perspektive und machen abseits vom vertrauten Alltag neue Erfahrungen. Sie werden Ihren eigenen Weg zu mehr Zufriedenheit, Ausgeglichenheit und Selbstvertrauen entdecken. Dabei lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen und erhalten von Experten wertvolle Anregungen für Ihr (Berufs-)Leben.

Das Teambuilding der besonderen Art, bereichernd und unvergesslich. Ein Geschenk für Ihren Geist, Ihre Seele und Ihren Körper. Sie werden bemerken, wie kraftvoll Ihr Berufsalltag anschließend weiterläuft.

All das ist eine Win-win-Situation für alle Beteiligten. Aufbauend für Ihre Mitarbeiter, zielführend und nützlich für Ihr Unternehmen. Denn wer mit sich sowie anderen im Reinen ist, bleibt offen, entwicklungs- und lernfähig, gesund, kreativ sowie leistungsfähig. So haben Überforderung, Krankheitsausfälle, Aggressionen, Mobbing, Stress und Burnout keine Chance.

Sommer Foundation organisiert die genau passende Auszeit für Sie. Auch offene Gruppen werden angeboten.

Im Baukastensystem erstellen wir bedarfsorientiert Ihr Wellness- und Health-Paket. Wir bieten Ihnen für Ihre individuelle Situation die passenden Event-Module (indoor,

outdoor) sowie maßgeschneiderte Stationen an, in denen sich die Teilnehmer auf unterschiedliche Weise dem Thema Work-Life-Balance nähern. Ein Bewegungskonzept, das mit tiefer Entspannung und friedvoller Lebenslust einhergeht.

Kurzvorstellung des Programms

Eine raffinierte Mischung unterschiedlichster Bausteine garantiert Ihnen einen besonderen Programmablauf.

Unsere Veranstaltung bietet Ihnen exzellente Bausteine aus dem Teambuilding an, Expertenwissen um Power Yoga, TCM, Kinesiologie, Braingymnastik, Tranceinduktionen, Traumreisen, Gesundheits-NLP-Methoden (NLP Practitioner, NLP Master und NLP Trainer) sowie Meditationstechniken, Pilates Training und Abenteuerstimmung durch Eventkonzepte. Es folgt die passende Mischung aus Entspannung, Stressabbau, gesunder Lebensführung, ausgewogener Ernährung und ausgelassenem Feiern. Genuss pur! Sie und Ihr Team genießen die schönsten Landschaften. Runterkommen, ankommen und eintauchen. Loslassen auf hohem Niveau.

-

[Anrufen](#)

+49 (0)6232 68 49-249

-

[Anfrage stellen](#)

Nutzen Sie das Kontaktformular

-

[Nach oben](#)

Alles auf Anfang...

Sie haben nicht das Richtige

gefunden?

Unser Team von Experten steht Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Gemeinsam finden wir für Sie das richtige Veränderungsmanagement!

[Kontaktieren Sie uns!](#)