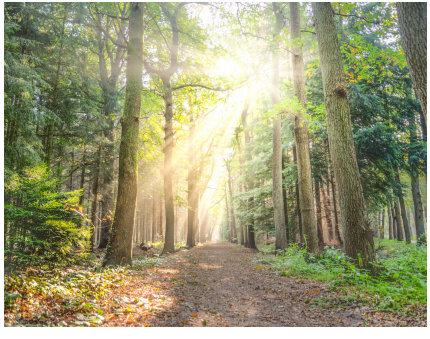
COACHING IM GEHEN

"WEGE ENTSTEHEN DADURCH, DASS MAN SIE GEHT" FRANZ KAFKA



Walk and Talk

Coaching im Gehen

Coaching im Gehen ist Reflektieren anhand von leitenden Fragen und Übungen in Verbindung mit Bewegung in der Natur. Wir bearbeiten dein Anliegen und du findest neue und kraftvolle Lösungswege.

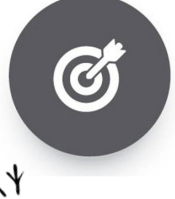
Folgende Fragestellungen können z.B. bearbeitet werden:

- Du willst dich beruflich neu ausrichten und weißt nicht so recht wie und wohin?
- Du brauchts eine Entscheidung, um deine nächsten Schritte setzen zu können?
- Du willst deine Rollen reflektieren und klarer leben?
- Du suchst nach Ordnung mitten im Sturm vieler Anforderungen?
- Du willst deinen Energie-Haushalt in Balance bringen?
- Du willst dein authentisches Selbst stärker leben?

In der Natur und in Bewegung kannst du mit professioneller Begleitung in Coaching-Ge(h)sprächen neue Perspektiven einnehmen, Inspiration und Impulse bekommen, dich erden und neu ausrichten. Du kommst zurück mit neuer Klarheit und in Herzensenergie!

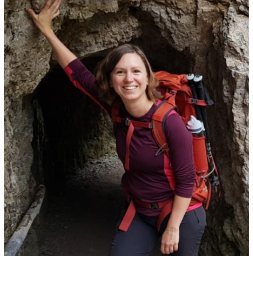
Da draußen findest Du vor allem eins: DICH!

Ich nehme dich mit auf einen Spaziergang im Park, eine Wanderung oder eine Bergbesteigung - passend je nach Anliegen und konditioneller Anforderung. Dauer von 1 Stunde bis zu einem ganzen Tag. Wir besprechen vorab telefonisch die notwendigen Details, sodass wir zum Coaching-Ge(h)spräch losstarten können. Wir gehen in einem passendem Tempo, du brauchst gute Schuhe und wetter-entsprechende Kleidung.



Abwechslungsreich gestaltet sich der Weg zu deinem Ziel: wir sprechen im Gehen, wir gehen schweigend mit tiefgreifenden Fragen und Impulsen, wir arbeiten im Stehen und Sitzen auf Wiesen und markanten Wegpunkten und natürlich machen wir auch Pausen. Meine Arbeitsweise ist systemisch-ressourcenorientiert und integrativ-handlungsorientiert.

Mag. Nora Znojemsky

Systemische Coach, Outdoor-Teamcoach &
geprüfte Wanderführerin

mail@nora-znojemsky.at
+43 699 13688077
www.nora-znojemsky.at