

Fitness-Check

für Manager und Unternehmer

1.0 Aufgabenstellung / Ziele:

In einer Zeit, in der die Marktanforderungen immer größer werden, Hektik zum Alltag gehört und die Zeit wie im Fluge vergeht, kommt die eigene Gesundheit und die innere Balance oft zu kurz.

Man geht davon aus, dass schon alles in Ordnung ist, denn es tut ja nichts weh. Bis eines Morgens nichts mehr so ist, wie es war!

Plötzlich lernt man die Fragilität von Gesundheit kennen und ist überrascht, denn Vorzeichen waren nicht erkennbar oder sind nicht ernst genommen worden.

Aber nicht nur körperliche Defizite sind zu verzeichnen auch psychosomatische Beeinträchtigungen gibt es oft. Gerade in letzter Zeit hat man viel vom Burnout-Syndrom, Antriebsschwäche oder Depressionsphasen bei Führungskräften gehört.

Rechtzeitig gegenzusteuern, frühzeitig erkennen und fit halten ist die Devise!

Der Manager-Fitness-Check bietet an, was so normalerweise nicht zu bekommen ist:

Ärzte aller Fachrichtungen machen einen Check-Up in einer ruhigen, schönen Umgebung, mit der Möglichkeit auch gleich Gegenmaßnahmen auf der Basis eines Heilplanes und Wohlfühlprogramms zu ergreifen.

Gleichzeitig sorgt ein persönlicher Coach für ein individuelles Verhaltenskonzept zur Auflösung individueller Problemstellungen im Betriebsalltag und eine konkrete Maßnahmenplanung für die Zukunft.

2.0 Inhalte und Maßnahmen:

- Zweitägiger gesamtheitlicher Gesundheitscheck in einer Privatklinik (stationär).
- Diagnosebesprechung und Erstellung eines Wohlfühlprogramms.
- Umsetzung des Heil-/Präventionsplanes und des Coachings vor Ort.

Persönliches Coaching zum Aufbau eines individuellen Verhaltenskonzeptes und einer konkreten Maßnahmenplanung für die Zukunft:

- Was ärgert mich immer wieder und scheint unlösbar?
- Was engt meine Entscheidungs- und Handlungsfreiheit ein?
- Was will ich wirklich?
- Wie sieht meine Zukunft aus – wo will ich hin?
- Was sind meine Stärken, auf die ich bauen kann?
- Wo sind meine Grenzen?
- Wie gestalte ich mein Arbeits-, Privatumfeld in Zukunft um dem Burnout entgegen zu wirken?

3.0 Organisation

Veranstaltungsorte:

Asklepiosklinik, Bad Tölz / Salinen Park Klinik, Bad Salzuffen / Clinica-Picasso, Mallorca

Veranstaltungsdauer:

Montag bis Freitag

Ablauforganisation:

- Vorbereitendes Gespräch und Ausarbeitung einer individuellen Planung für Check-Up und Coaching
- Auswahl der Klinik
- Anreise und Vorgespräch
- Check-Up (stationär)
- Ausarbeitung eines Heilplanes und Wohlfühlprogramms
- Umsetzung des Heilplanes und Start des Wohlfühlprogramms
- Persönliches Coaching durch einen versierten therapeutisch ausgebildeten Trainer

4.0 Kosten / Teilnahmebedingungen

Konditionen:

Veranstaltungsgebühr € 8.990,--
(Vorgespräch, Check-Up, Heilplan, Wohlfühlprogramm, 3-tägiges persönliches Coaching)
zzgl. Hotel- und Reisekosten sowie der gesetzlichen Mehrwertsteuer.

Zusätzliche Leistungen wie z. B. eine Ganzkörper-Tomographie werden direkt mit den Kliniken abgerechnet.

Teilnahmebedingungen:

Für die Stornierung von bereits fest gebuchten Veranstaltungen gilt folgende Regelung:

- bis 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: 50% der Gebühr
- ab 6 Wochen bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn: 2/3 des Veranstaltungspreises
- ab 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn: voller Veranstaltungspreis

Nach Ihrer schriftlichen oder telefonischen Anmeldung senden wir Ihnen eine Veranstaltungsbestätigung zu. Damit ist Ihr Platz fest gebucht.

Der Veranstaltungspreis ist nach Eingang der Rechnung von Ihnen direkt zu überweisen.

Wir buchen auf Ihren Namen und Ihre Rechnung ein Hotelzimmer für Sie, das wir in der Veranstaltungsrechnung mit abrechnen.

Sollten durch eine kurzfristige Absage Hotelkosten entstehen, so trägt diese der Teilnehmer.

Wir gehen davon aus, dass Sie über die volle Zeit ohne Unterbrechung an der Veranstaltung teilnehmen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit Breuel & Partner, Olching statt.

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für evtl. ärztliche Fehler und/oder Versäumnisse.