

A woman with long brown hair, wearing a black t-shirt, brown shorts, and a black backpack, is seen from behind. She is holding a smartphone up to take a photo of a vast, rugged mountain landscape. The landscape features steep, rocky cliffs and dense green forests. The sky is clear and blue. The overall scene is bright and scenic.

Gestalte Deine ureigene  
Version von Erfolg.

Entfalte Dein volles Potential.

Retreat für Führungskräfte – Zeit für's ICH.

## ZEIT FÜRS ICH

Statt fremdbestimmter Alltagsstress eine Woche Zeit zur Orientierung.  
Zum Innehalten. Zum Nachdenken. Und für viele neue Erfahrungen.  
Dein Gesamtpaket zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung.



## ZEIT DIE DINGE ZU ENDE ZU DENKEN

Du bist eine erfolgreiche Führungspersönlichkeit und hast schon viele deiner Ziele erreicht. Trotzdem oder gerade deswegen, fehlt dir im Alltag die nötige Ruhe, um dich bewusst auszurichten? Du weißt, dass Du Dein Potential noch nicht voll und ganz auslebst? Gedanken wie „Was kommt noch?“ oder „Wie geht es weiter?“ gehen Dir durch den Kopf. Was ist dir wichtig? Wie sehen deine nächsten Ziele aus? Wie sieht deine zukünftige Führungspersönlichkeit aus? Was möchtest du noch erleben in deinem Beruf oder privat?

All diese Fragen haben bei „Zeit fürs ICH“ einen Platz: An einem wunderschönen Ort in Mittelitalien bringen wir acht ausgewählte Führungskräfte für eine Woche zusammen. Gemeinsam schauen wir, was du mitbringst, was du weiterentwickeln willst, was du dort lassen möchtest und was du Neues einpackst in Deinen Ressourcen-Rucksack als Führungspersönlichkeit und als Mensch.

## (VER)LERNEN UND DAS **ICH** NEU ERFINDEN

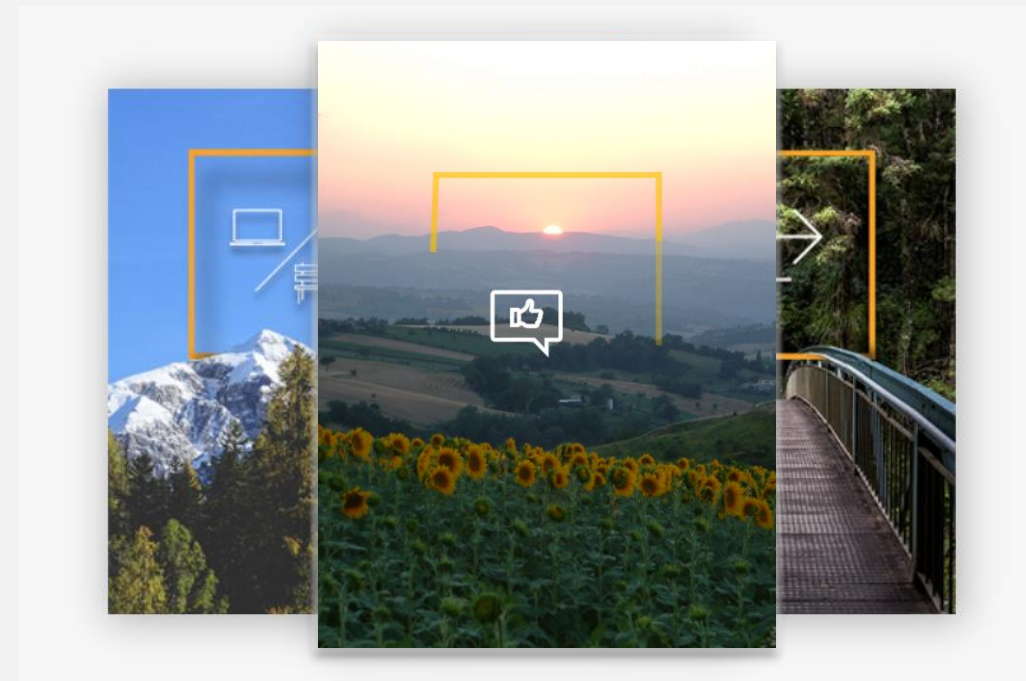
Dein Ziel ist jetzt klar. Da willst Du hin. So wirst Du, wer Du sein möchtest. Und lebst Deine Version von Erfolg und Zufriedenheit. Beruflich und privat.

### ENTFALTE DEIN VOLLES **POTENTIAL**

Beim Retreat wirst Du in Ruhe über Deine bisherige Karriere und Deine Lebensabschnitte reflektieren. Und am Ende hast Du neue Perspektiven eingenommen. Du hast von und mit anderen gelernt und Gruppendynamik live erlebt und verstanden.

Was Du mitnimmst:

- Starke Vision deiner Ziele und zukünftigen Erfolge
- Persönlicher Entwicklungsplan
- Klarheit und Leichtigkeit in der Kommunikation als Führungskraft
- Präsenz und Selbstbewusstsein über deine Stärken, Werte, Bedürfnisse
- Bewusstsein über deine individuelle Veränderungskompetenz
- Neue Netzwerkkontakte und SparringspartnerInnen.
- Und die Erkenntnis, dass Du jederzeit innehalten und Dich neu erfinden kannst.



## DEIN UREIGENER ERFOLGSWEG

Vergangenheit wertschätzen und daraus lernen.  
Das Hier und Jetzt analysieren.  
Die Zukunft neu gestalten.

Erfolg nach deinem Maßstab. Das Erreichen DEINER Ziele.



ABSCHULTERN



AUSPACKEN



ORIENTIEREN



EINPACKEN

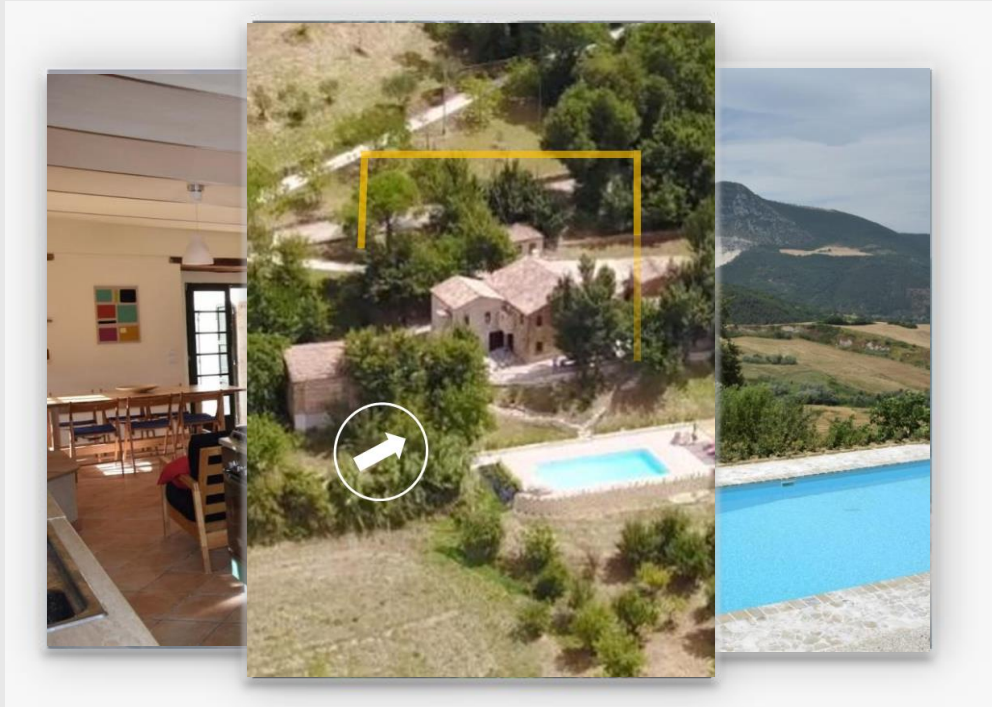


NEUE ZIELE

## DIE ZUKUNFT GESTALTEN

In dieser Woche geht es um dich, als aktive GestalterIn deiner Ziele und deines Weges zum ureigenen Erfolgsmodell. Als Profis begleiten wir deine individuelle Analyse und deinen Entwicklungsprozess. Mit praxisnahen Übungen in 1:1 Sessions und in der Gruppe kannst du dein ICH verstehen, ergänzen, verändern und entwickeln - oder auch einfach vertiefen, wer Du schon bist! Dich erwarten:

- Erfahrungslernen LIVE in der Gruppe
- Gruppendynamik für den Führungsalltag
- Gespräche mit dir Selbst, in der Gruppe und mit den Coaches
- Viel direktes, wertschätzendes Feedback in der PeerGroup
- Bewegung für Sitzathleten mit Klettern, Biken, Wandern, Schwimmen
- Embodiment mit Tiefentspannung, Yoga und autogenem Training
- Entwicklung mit künstlerischen Elementen, in und mit der Natur
- Gemeinsames Kochen und Genießen
- Und genügend Zeit für DICH, um die Dinge einfach “wachsen zu lassen”. Denn jeder Impuls braucht Zeit, um zu reifen.



## DIE LOCATION

In der Comune Serra San Quirico inmitten der italienischen Region Marche im Herzen Italiens befindet sich die Villa Sasso. Ein umgebautes Bauernhaus mit 2 Hektar Grund, inmitten von Olivenbäumen und Pinien. Ausgestattet mit dem Luxus eines Swimmingpools und einem unvergleichlichen Blick in den Apennin, auf den Monte Murano und die Gola della Rossa.

4 Einzelzimmer und 2 Doppelzimmer, 4 Bäder, eine riesige Wohnküche, ein großer Arbeitsraum und mehrere Terrassen sind das optimale Ambiente. Einfach und doch luxuriös.

Zum Retreat gehört auch, dass wir an manchen Tagen zusammen kochen, anpacken und einfach unter uns sind. Wir werden regionale Produkte verarbeiten, Winzer besuchen, die Gegend erkunden und Restaurants genießen. Die Übernachtungen und die Verpflegung sind im Preis inbegriffen.

## EIN UNVERGESSLICHES ERLEBNIS

Mit unseren Retreats kreieren wir gemeinsam eine einzigartige Erfahrung, sowohl für unsere Teilnehmenden als auch für uns als Coaches und GastgeberInnen. Jedes Mal und immer wieder unvergesslich.

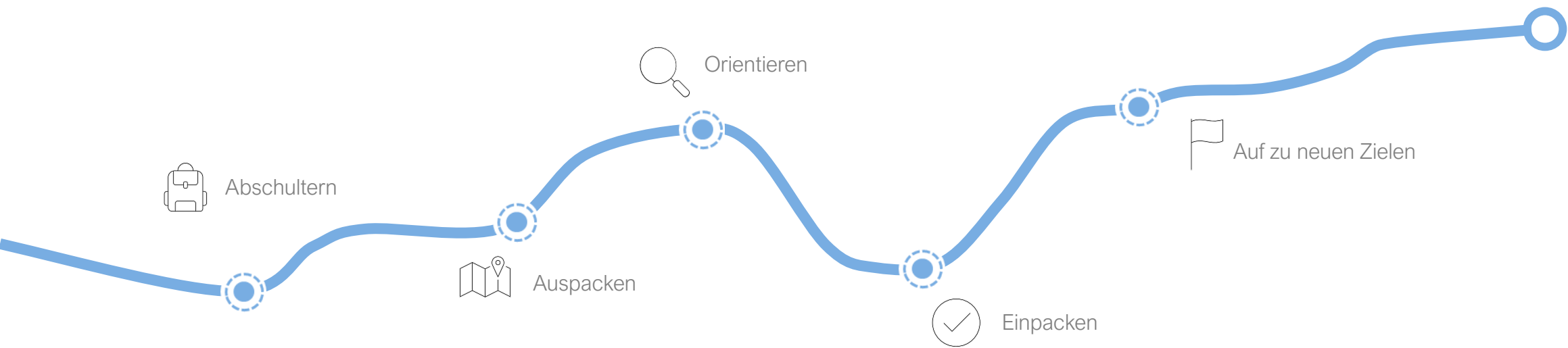


## DEINE COACHES

**Christa Wilhelm** ist Gründerin der how2change Beratung und blickt auf eine langjährige Karriere als Executive in der Industrie zurück. Sie ist seit 2008 als Executive Coach, Beraterin und Speakerin erfolgreich. Sie ist leidenschaftliche Kletterin und Schwimmerin und Embodiment ist daher ein wichtiges Element ihrer Arbeit. Als Yoga Lehrerin weiß sie auch das vielseitig zu integrieren.

**Tessa Roumidis** ist Pädagogin und hat ihre Führungserfahrung in der Wissenschaft und in sozialen Organisationen gesammelt. Als Supervisorin, Beraterin und Coach hat sie schnell erkannt, dass Potenzialentfaltung viele Wege kennt und sich seit 2018 auf Kreativitätsprozesse im 1:1 und in Gruppen spezialisiert. Sie ist Fan von Apnoetauchen und versiert darin, durch Achtsamkeitspraxis und Atmung innere Blockaden zu überwinden.





## DER NÄCHSTE **TERMIN**

22.-28. September 2024 Auszeit in den Hügeln der italienischen Marken

Start am Sonntag, 22.9. mit einem gemeinsamen Abendessen und Ende am Samstag, 28.9. mit einem gemeinsamen Frühstück. An den weiteren Tagen werden wir an 4 Tagen ganztags arbeiten. In der Wochenmitte, wir nennen das Bergfest, gibt es einen Erholungstag. Alles ist für Dich und Deine Gruppe organisiert. Mahlzeiten, Ausflüge mit regionalen Verkostungen von Wein, Honig und Olivenöl, Sport, Transport mit Kleinbus.

Du bist also ausschließlich für Dich verantwortlich. Wir kümmern uns um den Rest.

## DEIN **ALL-INCLUSIVE-PACKAGE**

- Kennenlern-Call vorab mit den Care Coaches
- 6 Tage Workshop mit den Top Coaches Christa Wilhelm und Tessa Roumidis
- Einzel- oder Doppelzimmer in der Villa Sasso in Serra San Quirico
- Regionale Voll-Verpflegung in Restaurants und in Selbstverpflegung im Team
- Sämtliche Tools und Unterlagen (Impulsblätter, Reflexionsheets, Individuelles Entwicklungsbuch)
- Alle Kreativ-Materialien und deine Werke (Skulpturen, Bilder, Collagen, Fotos )
- Shuttle\* von/zum Flughafen oder Bahnhof sowie Transport zu den jeweiligen Ausflugszielen.
- Follow-Up mit 6 CheckIns über einen Zeitraum von 3 Monaten zur nachhaltigen Integration der Erkenntnisse in Deinen Alltag.

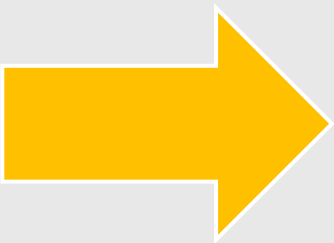
### ZEIT FÜRS **ICH** - RETREAT

All-Inclusive-Package\*  
early bird bis 15.7.2024

2.950€

EZ Aufschlag 150€ für die ganze Woche.  
Full Price ab 16.7. beträgt 3.450€.

\* Deine Anreise bis Ancona oder Perugia erfolgt in Eigenregie. Von da holt Dich unser Shuttle ab. Wir unterstützen Dich gerne bei der Organisation. Alle Preise verstehen sich exklusive 19% Mehrwertsteuer. Sprich uns an, wenn Du Privatzahler bist.



Du hast Dich entschieden, zu einem Teil zu werden von diesem einzigartigen Erlebnis 2024.  
Dann schicke uns einfach eine Email oder ruf uns an!

Wir freuen uns auf Dich!  
Tessa Roumidis & Christa Wilhelm



[talk@how2change.de](mailto:talk@how2change.de)



+49 151 11707808

