



COACH + HIKE

Walk + Talk – Walk the Talk



WOZU DIENT COACH + HIKE?

Balance: Gleichgewicht und Harmonie auch durch körperliche Übungen direkt erleben und abspeichern – als Ankerpunkt fürs Alltagsleben.

Leichtigkeit: Unausgesprochenes und Schwelendes in Beziehungen, sei es privat oder beruflich, auf den Punkt bringen und auflösen.

Lebensfreude: Mit Unterstützung einer atemberaubend schönen Natur eintauchen in die eigene Innenwelt, um sich klarer wahrnehmen und miteinander das Leben mit seinen Herausforderungen akzeptieren und genießen zu können.

FÜR WEN IST COACH + HIKE GEEIGNET?

Für mich alleine

Eine Art persönliches Retreat in sich selbst mit intensiver Begleitung

- Wie bringe ich Klarheit in meine Gedanken und Gefühle?
- Was ist meine persönliche Essenz?
- Was gehe ich als nächstes an?

SCHUB FÜR INNER LEADERSHIP HIN ZU BEWUSSTSEIN SEINER SELBST

Für mich und meine Partnerin / meinen Partner

Paare heben durch synchrone Begleitung ihre Beziehung auf eine neue Ebene des nachhaltigen Miteinanders

- Wie laufen emotionale Muster in der Beziehung ab?
- Wie sehen die Werte und Bedürfnisse jedes Einzelnen aus?
- Wofür stehen beide gemeinsam?

SCHUB FÜR VERSTÄNDNISVOLLERES MITEINANDER

Für mich und mein Team

Teams wachsen über ihre Reibungspunkte hinaus und erarbeiten ihren gemeinsamen Purpose.

- Wofür steht jedes Teammitglied?
- Welche Werte und Bedürfnisse hat jedes Teammitglied?
- Wie kann sich das Team am besten führen?

SCHUB FÜR FREUDVOLLERE UND EFFEKTIVERE ZUSAMMENARBEIT

WO FINDET COACH + HIKE STATT?

Der Ort ist spektakulär: Am südlichen Ende der Maremma, dem großen Naturschutzgebiet der Toskana. Mit seinen erstaunlichen Panoramen ist der Ort voller Energie und Ruhe zugleich.



WIE LÄUFT COACH + HIKE AB?

Für mich alleine

- Du wanderst 1-3 Tage mit Kathrin Köster durch die südliche Toskana
- Online-Vorbesprechung zur Abklärung der Themen
- Online-Nachbereitung der Entwicklungsergebnisse

Die Kosten belaufen sich auf 1.190 Euro pro Tag*

Für mich und meine Partnerin / meinen Partner

- Ihr wandert 2 Tage mit Kathrin Köster und Adrian Kreppel durch die südliche Toskana. 1 Tag getrennt mit jeweils einem Coach, ein Tag zusammen mit beiden Coaches
- Individuelle Online-Vorbesprechung zur Gewinnung eines Überblicks

Das Gesamtpaket mit 2 Coaches und 2 Tagen beläuft sich auf 2.975 Euro*

Für mich und mein Team

- In einem Team von 3-6 Personen wandert ihr 1-2 Tage mit Kathrin Köster durch die südliche Toskana.
- Individuelle Online-Vorbesprechung mit Kathrin Köster
- Online-Nachbereitung zum Transfer in den Arbeitsalltag

Je nach Teamgröße, Dauer und Vor- / Nachbereitungsaufwand belaufen sich die Kosten auf 4.760 Euro bis 7.140 Euro im Gesamtpaket

*Bei beschränktem Budget finden wir gemeinsam eine Lösung.

Hinweis zur Reiseplanung: Die Organisation der Anreise, die Hotelbuchung und die damit verbundenen Kosten übernimmst du selbst.

Kontaktiere Kathrin unter Kathrin@joy-academy.eu zur konkreten Planung deines Coach + Hike Erlebnisses.