

Unser GFSI-Special:

Frischer Wind für neue Gedanken

Stress Bewältigung – Coaching an Bord



Segeln Sie mit – Eine Zeit auf dem Wasser, die Wunder bewirken kann, Gesundheit und Leistungskraft stärkt, Platz macht für neue Gedanken und Energie!

Wählen Sie aus, was zu Ihrer Situation passt!

Option A: Segeln – eine Auszeit vom Alltag mit Antistresswirkung

Mit dem Ablegen lässt man los, ohne Zeitdruck. Das Ziel ist sekundär. Der Weg ist das Ziel.

Die Gedanken richten sich auf:

- Neues und Unbekanntes
- Ein fremdes Element

Der Kopf gewinnt Abstand vom Alltag und gleichzeitig Entspannung durch die

- Monotonie des Windes
- Intensität des Lichtes
- Anerkennung und Respekt über Borderlebnisse mit der Einbindung in eine neuen, kleine Mannschaft

Ziel des Wochen-Törns ist die Entspannung und nicht die Vermittlung von Segelkenntnissen. Ein solcher Wochentörn erfordert keine Segelkenntnisse, lediglich die Mitwirkung bei den notwendigen Manövern.

Teilnahmegebühr: 450,00 € plus Bordkasse für Hafengebühr und Essensversorgung, über die der Skipper beitragsfrei mit versorgt wird.

Option B: Segeln für Manager – Persönlichkeitstraining mit Coach

Lassen Sie sich bewegen durch sanfte und raue Erfahrungen auf dem Meer.

Schöpfen Sie Kraft und Mut durch:

- den natürlichen Einklang von Boot und Meer
- das unmittelbare und klare Handeln auf See

Probleme werden plötzlich klein durch:

- inspirierende Ausblicke auf das weite Meer
- spontanes Lösen eines festgefahrenen Ziels
- einfache Erfahrungen mit neuen und praktischen Ideen

Wir segeln mit einer gemischten Crew. Es ist kein Teamtraining. **Sie stehen mit Ihren Anliegen im Vordergrund.** Der Wochen-Törn erfordert keine Segelkenntnisse, lediglich die Mitwirkung bei den notwendigen Manövern.

An Bord begleiten Sie zwei verschiedene Experten: Ein erfahrener Skipper und eine in Coaching erfahrene Beraterin. Durch die individuelle Unterstützung können Sie ungestört zu neuen Ergebnissen kommen. Das Coaching erfolgt nicht nur an Bord, sondern kann auch bei einem Strandspaziergang erfolgen.

Teilnahmegebühr: 1.380,00 € (für Studenten auf Anfrage) plus Bordkasse für Hafengebühr und Essensversorgung, über die der Skipper beitragsfrei mit versorgt wird.

Option C: Segeln für ein starkes Team - Coaching an Bord

Nur ein paar Tage auf See können für Sie und Ihr Team ein Neuanfang sein!

Erleben Sie Ihr entspanntes Team durch:

- gemeinsame Ausblicke aufs weite Meer
- überschaubare Aufgaben, die mit den natürlichen Elementen verbundene sind

Der Alltag tritt in den Hintergrund durch:

- selbstverständliches Zusammenspiel von Mannschaft, Boot und Meer
- mehr Nähe, welche Stärken des Team aktiviert
- gemeinsame Erfahrung, ein wertvoller Mitspieler des Teams zu sein

Ziel Ihres Wochen-Törns ist die Team-Bildung. Dieser Törn, für maximal 4 Teilnehmer, erfordert keine Segelkenntnisse. Die Mitwirkung bei den notwendigen Manövern ist Teil des Team-Prozesses. Bei besonderen Anforderungen, wenn die Konstellation Ihres Teams es zulässt, kann eine größere Yacht, für größere Teams zur Verfügung gestellt werden.

An Bord begleiten Sie zwei verschiedene Experten: Ein erfahrener Skipper und eine in Coaching erfahrene Beraterin. Ihr Coach bereitet Sie und Ihr Team in einem 2 – 3 stündigen Vorgespräch auf Ihre gemeinsame Reise vor.

Teilnahmegebühr: 1.600,00 € inklusive Vorbereitungs-Gespräch des Teams mit dem Coach plus Bordkasse für Hafengebühr und Essensversorgung, über die der Skipper beitragsfrei mit versorgt wird.

Expertise Ihrer Begleiter an Bord:

Der erfahrene Skipper, selbst 30 Jahre im Topmanagement tätig gewesen, **führt das Boot.**

Die erfahrene Beraterin begleitet Sie bei der Team-Bildung oder beim Einzel-Coaching. Sie verfügt über 30 Jahre verantwortliche Steuerung und Begleitung von Entwicklungsprozessen kleinerer, mittlerer und größerer Organisationen, bis hin zu Konzern-Strukturen.

Die Konditionen (für alle drei Optionen)

Ablauf und Vorbereitung auf die Törns

Die Mitwirkung bei den notwendigen Manövern macht Spaß. So erleben Sie das unmittelbare und klare Handeln auf See. Die dazu notwendigen Handgriffe sowie Sicherheitsmaßnahmen werden natürlich ausführlich gezeigt, geübt und erläutert.

Segelbedingungen:

Wir segeln bei akzeptablem Wind und akzeptabler Welle in der Ostsee, also keine sportlichen Sturmfahrten. Ausgangshafen ist Wismar. Das Ziel bestimmt sich nach der Windrichtung. Ein Ausstieg ist zu jedem Zeitpunkt an Land möglich. Törn-Umfang 1 Woche, jeweils von Samstag bis Samstag. Die Teilnehmerzahl ist auf 4 Personen begrenzt.

Das Schiff

Das Segelschiff ist eine Dufour 385 mit fast 12 Meter Länge. Für die Fahrgäste stehen zwei gesonderte Kabinen zur Verfügung. Einzelbelegung gegen Aufpreis möglich.

Das Gepäck

Mitzubringen sind geeignete regen- und windbeständige Kleidung, abriebfeste Schuhe (keine schwarze Sohlen), Handschuhe. Als Gepäckstück nur eine zusammenfaltbare Reisetasche benutzen (keine Koffer). Auf Anfrage weitere Infos möglich.

Termine

Die Terminierung erfolgt direkt mit dem Skipper und nach Vereinbarung. Das Buchungs-Zeitfenster in der Saison ist von **11. Juni bis 17. September 2016**

Bei Interesse, Nachfragen und Terminierung wenden Sie sich bitte an: gfsi-sail@gfsi-berlin.de