

# ERFOLGSGESCHICHTE COACHING LIFE LEADERSHIP HIMALAYA



2 WÖCHIGE SEMINARWANDERUNG IN NEPAL MIT PERSÖNLICHEM COACHING



*„Das Annapurna Leadership Coaching war ein absolutes Highlight in meinem Leben. Körperliche Grenzen austesten, mit wenig sehr gut auskommen, ein einfaches Leben genießen, eine tragende, tiefe Gemeinschaft erleben, wertvolle inhaltliche Impulse erhalten, sich eine grandiose Landschaft erschließen, viel Zeit zum Nachdenken haben ... das alles hat mich sehr beeindruckt.*

*Sebastian Reeh als Leiter hat mich überzeugt: eine sehr wertschätzende, aber gleichzeitig 100% aufrichtige Ehrlichkeit, eine große Gelassenheit und Professionalität, echte Liebe zu seiner Aufgabe sowie zu dem Land Nepal und eine unverwechselbare Originalität und Unkompliziertheit. Ich habe mich zu jedem Zeitpunkt sicher und angenommen gefühlt und wurde trotzdem herausgefordert, meine Grenzen zu erweitern.“*

**Kristian Furch, Geschäftsführer Beratungsunternehmen Ffm**

**EDEN**

EMPOWERMENT DEVELOPMENT EXPERIENCES NATURE

LEADERSHIP TEAM PERSÖNLICHKEIT

## INHALTE DER COACHING WANDERUNG

---

Gemeinsam gingen die Teilnehmer das Abenteuer Life Leadership an. Die Erlebnisse dieser Bergwanderung führten die Teilnehmer immer wieder zurück zu ihrem persönlichen Leadership- und Lebensweg. Während der Bergwanderung wurden die wesentlichen Führungsthemen besprochen und mit Blick auf die persönliche Führungsposition reflektiert. Der persönliche Austausch zu herausfordernden Führungsthemen war für die Teilnehmenden sehr wertvoll.

### 14 TÄGIGE HIMALAYA RUNDWANDERWEG ALS OUTDOOR COACHING ZUR PERSÖNLICHEN ENTWICKLUNG

- ▶ Führungskompetenzen erweitern durch ein verbessertes Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement
- ▶ Sich selbst besser verstehen mit der DISG Persönlichkeitstypologie (Steigerung Work-Life-Balance)
- ▶ Die Biographie reflektieren und Vision entwickeln bzw. reflektieren
- ▶ Seinen Führungsstil erkennen und grundlegende Führungsfragen diskutieren
- ▶ Das eigene Potenzial analysieren und andere Persönlichkeitstypen erkennen lernen
- ▶ Lebensziele und Perspektiven, Lebensplanung und Strategieentwicklung

## LIFE LEADERSHIP BERG SEMINAR, ANNAPURNA CIRCUIT NEPAL

---

Besteigung des mit 5416 Höhenmetern höchsten Passes der Welt: Thorong La. Der 2 wöchige Annapurna Circuit mit vielen Impulsen zum Führungs- und Lebensalltag. Sich selbst zu führen in herausfordernden Situationen war eines von verschiedenen Themen. Die Entwicklung oder Reflexion der persönlichen Lebensvision und das Erstellen eines dazugehörigen Planes waren die angestrebten Ziele dieses aussergewöhnlichen Seminars. Dies geschah sehr individuell während den täglichen Wanderungen (3-6 Stunden) im Gespräch mit sich selbst, mit den anderen Teilnehmern und durch die professionelle Begleitung des erfahrenen Berg-Coaches Sebastian Reeh. Immer wieder gab es Impulse.

### DER WEG

Die Bergwanderung symbolisierte den Lebensweg mit allen Höhen und Tiefen, Herausforderungen und Freuden. Auf dem Weg wurden die teilnehmenden Führungskräfte unterstützt im Entwickeln einer langfristigen Lebensvision, die Kraft und Leidenschaft freisetzt und Balance möglich macht. Sie begegneten Ihrer Zukunft im Abenteuer!

Voraussetzungen für das Life Leadership Seminar war eine gute körperliche Fitness, Bereitschaft zur Übernachtung in Matratzenlagern (Lodges) und Freude an den gegebenen Herausforderungen. Im Entwicklungsprozess wurden erprobte Führungs-Werkzeuge integriert, welche eine individuelle und professionelle Begleitung garantierten.

### LEADERSHIP COACHING ALS BERGWANDERUNG

- ▶ tägliche Kurz-Impulse zu diversen Führungsthemen
- ▶ persönliche Coaching-Gespräche
- ▶ Seminar-Unterlagen (Vorbereitungs-Workbooks und Potenzialtests vorab)
- ▶ Life Leadership Script mit verschiedenen Workshops zu den Themen:  
Vision und Strategie, Work-Life-Balance, Selbst- Ziel- und Zeitmanagement

## SEMINAR ECKDATEN

---

### DURCHFÜHRUNG

2-wöchige Coaching-Reise

Rundwanderweg  
Annapurna-Circuit, Nepal

Highlight Thorong La 5416m

### TEILNEHMER

4 Führungskräfte  
im Alter zw. 30 und 55  
aus diversen Unternehmen  
und Branchen

### METHODIK

- ▶ Referenten Impulse
- ▶ Life Leadership Workbook
- ▶ Führungsstil- und Persönlichkeitsanalyse
- ▶ Gruppendiskussionen
- ▶ 7 Coaching Session

IMPRESSIONEN

