

TEAMZEIT

NEHMT EUCH ZEIT FÜR DAS, WAS ZÄHLT.

OFFSITE-ANGEBOT FÜR BUSINESS-TEAMS

Veränderung, Wachstum, Erfolg – berufliche Herausforderungen verlangen nach einem kraftvollen Zustand. Wir bieten Euch ein LIFE CHANGING TRAINING, das jedes Team von innen heraus stärkt, indem es alle Mitarbeiter*innen genauso achtet wie die große Vision.

JEDERZEIT BUCHBAR FÜR TEAMS VON BIS ZU 16 PERSONEN

zinkernagel[®]
LIFE CHANGING TRAINING

EINE DER GÄNGIGSTEN METHODEN, DIE SELBSTTÄUSCHUNG
AUFRECHT ZU ERHALTEN, IST, STÄNDIG BESCHÄFTIGT ZU SEIN.

Daniel Putnam

HALBE KRAFT VORAUS!?

VOLLE LEISTUNG BRAUCHT VOLLE KRAFT

Die Anforderungen im Business sind enorm: Der Herausforderung Zukunft wird mit Transformationsprozessen begegnet, die neben ambitionierten Wirtschaftszielen den Druck auf alle Mitarbeiter*innen erhöhen, möglichst flexibel und leistungsstark zu sein. Doch kann das gelingen, wenn wir seit Jahren beobachten, wie die Menschen immer mehr Kraft verlieren?

Laut Selbsteinschätzung geben sich die Erwerbstätigen auf einer Skala von 1–10 für ihr aktuelles Energielevel im Durchschnitt eine 4,8. Sie haben also nicht mal 50% ihrer Kraft zur Verfügung, um außergewöhnlich hohen beruflichen Anforderungen gerecht zu werden – und nebenbei ihr Privatleben gelingend zu gestalten. Das ist wenig, bedeutet kaum Puffer und wird schnell eng, wenn ungeplante Ereignisse im Außen hinzukommen ...

EUER TEAM IST DER ZUKUNFT GEWACHSEN ...

... wenn es gelungen ist, jedes Teammitglied in einen kraftvollen Zustand zu führen. Eine Gruppe wird zukunftsfähig, wenn alle verstehen, dass sie sich selbst stärken dürfen, um resilient und zuversichtlich für andere und die Vision des Unternehmens losgehen zu können.

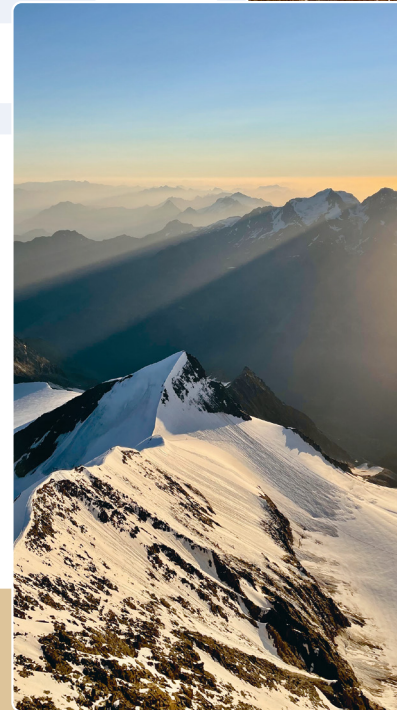


WAS BRAUCHT EIN TEAM?

HEUTE UND IN ZUKUNFT

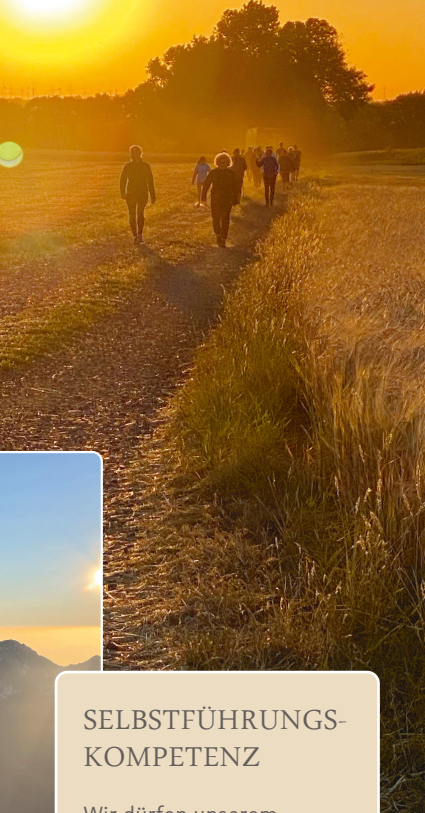
Der berufliche Alltag wird geprägt von großen Transformationen und Change-Prozessen. Ein echtes Team, das erfolgreich in die Zukunft geht, wandelt sich gemeinsam in das Neue hinein. Jedes Team ist nur so gut wie seine Mitglieder*innen – und nur so gut, wie es geführt wird. Teamführung und Teamkultur sind Schlüsselthemen in jedem beruflichen Kontext.

Das Erreichen großer Ziele steht und fällt mit der Energie der Einzelnen. Gesund zu sein und zu bleiben, auch wenn unterschiedlichste Anforderungen Druck machen, gehört zu den größten Herausforderungen unserer Zeit. Jede*r von uns benötigt dafür ein flexibles Growth Mindset, oder anders ausgedrückt: Zukunftskraft.



MIT GUTEM BEISPIEL VORANZUGEHEN,
IST NICHT NUR DER BESTE WEG, ANDERE
ZU BEEINFLUSSEN – ES IST DER EINZIGE.

Albert Schweitzer



WIE ENTSTEHT ZUKUNFTSKRAFT?

DIE FÜNF SÄULEN EINES GROWTH MINDSET

Die Kraft für das Außen entsteht in uns selbst. Alles beginnt mit der Frage, wie es uns wirklich geht, und der Bereitschaft, unseren Alltag neu zu denken. Das eröffnet uns Perspektiven und Strategien, um uns dauerhaft gut zu fühlen und immer widerstandsfähiger zu werden. Gute, gesunde Routinen, die uns stärken und regenerieren, sind die Grundlage für alles.

SELBSTFÜHRUNGS-KOMPETENZ

Wir dürfen unserem eigenen Leben, unseren Bedürfnissen und individuellen Zielen eine hohe Priorität geben. Nur, wenn wir uns selbst gut durch die Herausforderungen des Alltags führen können, haben wir auch genügend Ressourcen für andere. Ziele erreichen wir nur, wenn wir genügend Kraft haben, sie wirklich anzugehen, zu handeln und Rückschläge oder Widersprüche auszuhalten.

KÖRPERLICHE STÄRKE

Gesundheit ist vor allem eine körperliche, die wir erhalten und bewahren, oder dringend wieder herstellen sollten. Regelmäßiges Training, gesunde Ernährung sowie der Verzicht auf all die ungesunden Quick-Wins, die uns langfristig mehr nehmen als geben, sind essenziell wichtig. Nur aus uns selbst heraus gestärkt, sind wir in der Lage, Veränderungen zu vollziehen und dauerhaft aktiv zu werden.

EIN KLARER, RUHIGER GEIST

Wir sind keine leblosen Maschinen. Jede Aktion, jede Bewegung, jeder Schritt braucht einen ruhigen, regenerativen Gegenpol in der Stille, draußen in der Natur und in wohlwollenden Gemeinschaften. Wir müssen uns erholen, schlafen, Pausen machen, gute Momente sammeln und unsere Gedanken beruhigen. Unser Leben achtsam und bewusst zu leben, reduziert unseren Stress nachhaltig.

BEWUSSTE KOMMUNIKATION

Jedes Wort ist wichtig – die Gedanken genauso wie die gesagten. Unsere Gedanken sind die Basis all dessen, was in unserem Leben geschieht, und wir dürfen uns diesen Zusammenhang so bewusst wie möglich machen. Gelingende Kommunikation beginnt in uns selbst und zeigt sich in jeder Begegnung mit anderen Menschen. Statt Konflikte zu verstärken lohnt es sich, Verständnis und echte Resonanz zu erzeugen.

NACHHALTIGES HANDELN

Der tiefgreifende Wandel, den unsere Weltgemeinschaft vollziehen muss, wird möglich, wenn wir bei uns selbst beginnen: Jede Entscheidung tut etwas für oder gegen eine lebenswerte Zukunft auf der Erde. Als Einzelne, als Team, im Unternehmen und in jeder Gemeinschaft ist der Einfluss viel größer als es sich zu Beginn anfühlt: Mit jedem Schritt, den wir wirklich gehen, setzen wir uns wirksam in Bewegung.



ALLES, WAS WIR
FÜR UNS TUN, IST
FÜR ANDERE. UND
ALLES, WAS WIR FÜR
ANDERE TUN, IST
FÜR UNS SELBST.

Thich Nhat Hanh



ABSTAND ZUM BUSINESS-ALLTAG LEICHTER DENKEN AM KRAFTORT FLOMBORN

In Teams von bis zu 16 Personen laden wir Euch zu Workshops an unseren naturnahen Kraftort nach Flomborn, Rheinhessen ein – einem Ort für Training, Regeneration und Wachstum, das unser Bedürfnis nach mehr Licht, Luft und Natur erfüllt.

Dort, mitten im Draußen, ist es leicht, andere Perspektiven einzunehmen und Neues zu denken. Wir ziehen Bilanz, diskutieren wertvolle Fragen, beruhigen den Geist, trainieren den Körper und erzeugen damit die Zukunftskraft und Vorwärtsenergie, die jedes Team für eine erfolgreiche Zusammenarbeit benötigt.





KRAFT DURCH TEAMZEIT

OFFSITE FLOMBORN

Mit unserem Format TEAMZEIT laden wir Teams ein, sich Zeit für das zu nehmen, was wirklich zählt: Wie viel Kraft ist wirklich da? Woher kommt die gute Lebensenergie, die uns resilient und zuversichtlich losgehen lässt, die Sache anpackend, die gute Idee verfolgend? Was bedeutet gesunde Selbstführung? Wie gelingt Kommunikation? Und wie schaffen wir es, im Team wirklich miteinander und füreinander zu arbeiten?

Wir stärken Teams von innen heraus, indem wir die Einzelnen mit einer Idee beschenken, wie sie sich selbst in ihre Kraft bringen können. Und sie dann bei der Umsetzung unterstützen. Wir brauchen viele kraftvolle Einzelne, um mit ihnen kraftvolle Teams zu bilden, die der Herausforderung Zukunft aus einer starken Position heraus begegnen.

*Nehmt euch dafür Teamzeit,
wir freuen uns, euch zu unterstützen!*

Dirk & Team ginckernagel





ERLEBTE GEMEINSCHAFT DAS TEAM WIRD SPÜRBAR

GEMEINSCHAFT GELINGT, WENN ...

- ... eine gemeinsame Richtung definiert werden kann.
- ... alle Verständnis füreinander entwickeln.
- ... jede*r gut auf sich selbst achtet und gesund bleibt.
- ... bewusst und wertschätzend kommuniziert wird.
- ... aus dem Team heraus eine souveräne Kraft entsteht.
- ... die Aufgabe Sinn macht.

Als Teil einer Gruppe werden wir widerstandsfähiger und erfolgreicher. Unsere TEAMZEIT ist darauf ausgerichtet, ein wertschätzendes Miteinander zu erzeugen. Wir generieren gemeinsame Erlebnisse, die einerseits die Gemeinschaft stärken und andererseits jede*n für sich kraftvoll fühlen lassen.

Wer sich im eigenen Team sicher fühlt, wird bessere Entscheidungen treffen, widerstandsfähiger agieren und sich gerne für ein gemeinsames Ziel engagieren.

ICH MAG DIESEN MENSCHEN NICHT, ALSO
MUSS ICH IHN BESSER KENNEN LERNEN.

Abraham Lincoln





FÜREINANDER WIRKEN

ZUKUNFT GELINGT NUR GEMEINSAM

Nachhaltig arbeiten, entscheiden und für die Zukunft wirksam werden, ist das große Ziel, das über jedem monetären Erfolg steht: Gemeinsam wird es gelingen, Arbeit und Wohlstand neu zu denken und die Ressourcen der Natur und Grenzen des Wachstums zu respektieren. Sowohl in uns selbst als auch in den Ökosystemen des Planeten.

Basis dafür sind erstens eine gesunde Selbstführung und zweitens eine Gemeinschaft, ein Team, das füreinander losgeht und miteinander wirkt.

BEWUSSTHEIT
FÜR DICH
SELBSTFÜHRUNG



TIEFGESUNDE ROUTINEN, die ganzheitlich wirken und ein hohes Energielevel in allen Lebensbereichen erzeugen – als Basis für jeden Beitrag, der über uns selbst hinaus wirken soll: im Job, im Team, im Leben.

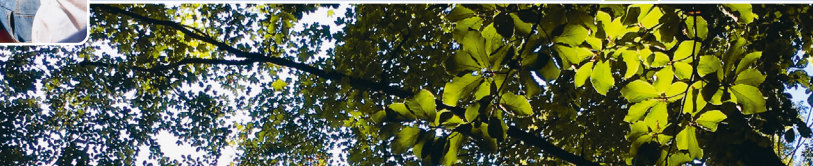
BEWUSSTHEIT
FÜR DEIN TEAM
GEMEINSCHAFT



BEWUSSTHEIT
FÜR DIE NATUR
NACHHALTIGKEIT



NACHHALTIGES HANDELN, das mit jeder Entscheidung den Schutz des Lebensraums Erde berücksichtigt.



TEAM ZINCKERNAGEL

WIR WIRKEN GANZHEITLICH

Das Team rund um Dirk Zinckernagel arbeitet miteinander und füreinander – und jeden Tag für eine Welt, in der selbstwirksame Einzelne in resilienten Gemeinschaften agieren. Die TEAMZEIT wird von vier Trainern durchgeführt, die unterschiedliche Aspekte der Selbst- und Teamführung kombinieren.



DIRK • DIPL. SPORTWISSENSCHAFTLER, SYSTEMISCHER COACH, GESCHÄFTSFÜHRER

RESILIENZ • NACHHALTIGKEIT

Wenn es um mutige Entscheidungen, kreative Lösungen und unerschöpfliche Vorwärtsenergie geht, kennt Dirk sich aus: Er ist ein Visionär, ein Leader, der voller Begeisterung neue Wege geht. Er erkennt das Potenzial in jeder Idee und jedem Menschen – und fordert alle heraus, nicht nur zu reden, sondern wirklich umzusetzen. Seine Liebe zur Natur wird spürbar und erlebbar in allem, was er tut.



MARLA • GESUNDHEITSMANAGERIN B.A. (I.A.), TRAININGSLEITUNG

KÖRPERLICHES TRAINING

Die Freude am Training hat Marla tief verinnerlicht und gemeinsam mit ihrem Team gelingt es ihr auf eine unnachahmliche Weise, jeden aus seiner Komfortzone zu locken. Sie ist jung und dynamisch, kraftvoll und empathisch, topfit und liebt es, draußen zu trainieren. Schlechte Laune oder fehlende Motivation ist in ihrer Gegenwart unmöglich.



CORA • KULTURWISSENSCHAFTLERIN M.A., NLP-COACH, KOMMUNIKATIONSBERATERIN

KOMMUNIKATION • MINDSET

Dass Veränderung möglich ist, zeigt Coras eigener Weg, der von Richtungswechseln, einschneidenden Erfahrungen und stetiger Entwicklung geprägt ist. Sie kombiniert strukturierte Klarheit mit unaufgeregter Spiritualität und kennt sich mit der Macht der Sprache aus: Gelingende Kommunikation ist ihr wichtigstes Anliegen – sowohl mit uns selbst als auch mit anderen Menschen.

NICOLE • DR. PHIL., DIPL. SPORTWISSENSCHAFTLERIN, SYSTEMISCHER COACH, YOGALEHRERIN

ERNÄHRUNG • ACHTSAMKEIT

Ein richtig gutes Vorbild zeigt uns einfach, was zu tun ist: Nicole macht das vor allem durch ihre gesunden Routinen, die an jedem Tag zu ihrem Leben gehören. Mit ihr gelingt es leicht, ungesunde Angewohnheiten durch neue zu ersetzen und den Tag achtsam und voller Hingabe an unsere Gesundheit zu gestalten. Sie teilt ihr ganzheitliches Wissen genauso gern wie ihre große Liebe zu Yoga und Meditation.



TEAMKULTUR IST EIN PROZESS IMPULSE SIND NUR DER ERSTE SCHRITT

Die Herausforderung jeder TEAMZEIT ist es, die guten Impulse mit in den (Business-)Alltag zu nehmen. Neben initialen Impulsen und besonderen Leuchtturm-Events braucht es die regelmäßige Auseinandersetzung mit sich selbst und miteinander sowie tägliches Training. Nur dann gelingt es, eine gesunde Teamkultur zu entwickeln und dauerhaft zu bewahren.

Alle Teilnehmer*innen erhalten ein Workbook zur Soloreflexion und können auf unser gesamtes Angebot zugreifen: Wir bieten Euch eine vertiefende, sehr individuelle Begleitung im Team oder für einzelne Teammitglieder an, um das Neue zu verinnerlichen und gute Routinen zu finden.



LIFE-CHANGING-TRAINING.DE

zinckernagel
LIFE CHANGING TRAINING

zinckernagel gmbh & co. kg • Borngasse 16–18 • 55234 Flomborn
Mo, Mi, Fr: 07:00–21:00 • Di, Do: 09:00–21:00 • Sa: 09:00–18:00
welcome@zinckernagel.de • 01517.2839659 • 06735.9402441

Alle Bilder sind während unserer Trainings, Veranstaltungen, Workshops, Bergcamps und Mikroabenteuer entstanden.
Nachhaltig und klimaneutral mit Bio-Farben auf 100% Recyclingpapier gedruckt, zertifiziert mit dem Blauen Engel.

zinckernagel[©]
LIFE CHANGING TRAINING