

## Seminar: Gedankengut. Die Kunst, das eigene Denken und Verhalten zu steuern.

Anmeldung für das Tagesseminar in **GLÜCKSBURG** am \_\_\_\_\_

### *Was macht glückliche Menschen aus?*

Glückliche Menschen haben gute Gedanken. Sie denken eher positiv und scheinen frei von Zweifeln und Zwängen. Die Ursache für Unzufriedenheit und innere Unruhe liegt in der Art, wie wir Menschen denken. Meist ist uns das nicht bewusst.

Eingefahrene Denkweisen wie „Ich hatte es noch nie leicht“ oder „Daran kann man eh nichts ändern“ können Menschen stark einschränken und in ihren Möglichkeiten begrenzen. Sie wirken sich auf die Motivation und die Lebensfreude aus.

Wer viel zweifelt oder nicht den Mut hat, sich zu verändern, ist nicht gleich ein Pessimist. Vielmehr reaktivieren die Menschen immer wieder den gleichen Gedankenprozess – ob in der Partnerschaft, im Job oder im Umgang mit anderen.

### *Vom Tunnelblick zum Panorama*

Entscheidend ist, wie der Mensch seine Erlebnisse bewertet. Genau hier setze ich im Seminar „Gedankengut“ an. Für jedermann verständlich, für jedermann anwendbar. Trauen Sie sich, mit mir in eine andere Richtung zu blicken. Und das Leben wird zu einem Spiel.

## INHALTE

- So funktionieren Sie. Gedanken- und Verhaltensmuster
- Ich denke mir die Welt, wie sie mir gefällt. Wahrnehmung
- Die Macht der Gedanken
- Optimismustraining
- Das Verständnis des Verstandes
- Bewusstheit leben
- Denkblockaden lösen
- Endlich frei: Selbstbestimmt leben!
- Auf dem Kurs: Ziele und Visionen

## ZIELGRUPPE

Das Seminar richtet sich sowohl an Unternehmen als auch an Privatpersonen mit dem Interesse an mentalem Training.

## ECKDATEN

**Uhrzeit:** 10 bis ca. 18 Uhr  
**Kosten:** 160 € pro Person  
190 € pro Person inkl. Verpflegung  
**Anzahl:** 12 bis 15 Teilnehmer  
**Location:** Hotel Alter Meierhof, Uferstraße 1, 24960 Glücksburg  
**Verpflegung (optional):** 30 € pro Person (Wasser, Tee, Kaffee, leichtes Mittagessen, Kuchen)

## Zur Anmeldung

Sie haben die Möglichkeit, sich online über das Anmeldeformular anzumelden.

Falls Sie es per Fax oder mit der Post senden möchten, füllen Sie bitte das unten stehende Anmeldeformular aus. Sie erhalten in den nächsten Tagen eine Bestätigung/Rechnung. Sollten für den gewünschten Seminartag keine Kapazitäten mehr frei sein, informieren wir Sie darüber.

### **SEMINAR DELUXE**

Fräulein Schmidt liebt nicht nur gute Gedanken, sondern auch gute Taten. Gerne auch mal für sich selbst. Verwöhnen Sie nicht nur Ihren Geist, sondern auch Ihre Seele und Ihren Körper. Mein Tipp: Gönnen Sie sich nach dem Seminar oder am Folgetag eine kleine Auszeit. Das haben Sie sich verdient.

In Verbindung mit dem Seminar bietet Ihnen das Vitalhotel Alter Meierhof folgende Vergünstigungen:

#### **Übernachtung im Zimmer der Kategorie "Meierhof": 10% Rabatt (Pro Person im DZ: 126,90 Euro statt 141,00 Euro / im EZ: 170,10 Euro statt 189,00 Euro)**

Die Preise verstehen sich inkl. Teilnahme am Genießer-Frühstücksbuffet, Nutzung des SPA-Bereichs "Hof-Therme"

Eckdaten der Zimmerkategorie "Meierhof": ca. 25-30 m<sup>2</sup>, Blick auf Meierwik und das Entrée des Hauses, Duschbad mit WC. Alle Zimmer sind individuell und mit viel Liebe bis ins Detail eingerichtet. Man fühlt sich sofort wie Zuhause!

#### **Shirodara Stirnguss: 59 Euro statt 69 Euro**

Diese kühlende Behandlung für den Kopfbereich beruhigt das Nervensystem zutiefst. Ein wohltemperierter Ölstrahl fließt kontinuierlich über die Stirn und führt zu tiefgreifender Entspannung und Harmonisierung beider Gehirnhälften. Die Hormondrüsen werden positiv beeinflusst. (ca.30 Min)

#### **Gesichtsbehandlung "Luxus": 100 Euro statt 129 Euro**

Kopfmassage, Bürstenschäumreinigung, Porenreinigung unter Vapozon, Augenbrauenkorrektur, Depilation von Oberlippe und Kinn, Gesichtsmassage mit Pflegeprodukten von SHISEIDO oder CARITA, straffende Halsmaske, pflegende Gesichtspackung, Handmassage, wohltuende Fußmassage, Tagespflege & Make-up. (ca. 100 Min.)

**Bei einer Reservierung geben Sie bitte das Stichwort: „Gedankengut“ an.** Die Buchungen laufen ausschließlich über das Hotel. Das Angebot gilt nur für Teilnehmer des Seminars „Gedankengut“ am Seminartag selbst oder am Folgetag. Viel Vergnügen!

#### **Kontaktdaten: Alter Meierhof Vitalhotel**

Uferstraße 1  
24960 Glücksburg  
Tel. 04631-6199-0  
Fax 04631-6199 99  
info@alter-meierhof.de  
www.alter-meierhof.de

**Anmeldung per Fax an 04631.40 86 13  
oder mit der Post an: Fräulein Schmidt, Nikolaistr. 8, 24937 Flensburg**

Hiermit melde ich mich verbindlich an für das Seminar **GEDANKENGUT**

am (bitte eintragen)

in (bitte eintragen)

Glücksburg

Hamburg

Seminarzeit:

1 TAG (10 bis ca. 18 Uhr)

Investition:

160 Euro (inkl. 19% MwSt.)

Verpflegung (optional):

30 Euro (inkl. 19% MwSt.)

ja  nein

**Vorname, Name** \_\_\_\_\_

**Straße, Nummer** \_\_\_\_\_

**Plz Ort** \_\_\_\_\_

**Telefon** \_\_\_\_\_

**Fax** \_\_\_\_\_

**E-Mail** \_\_\_\_\_

**Die Teilnahmebedingungen sind mir bekannt. Ich bin mit deren Inhalt einverstanden.**

**Datum, Unterschrift** \_\_\_\_\_

**Ggf. abweichende Rechnungsadresse** \_\_\_\_\_

**Firma, Ansprechpartner** \_\_\_\_\_

**Straße, Nummer** \_\_\_\_\_

**Plz Ort** \_\_\_\_\_

**Kostenstelle** \_\_\_\_\_

**Datum, Unterschrift / Stempel** \_\_\_\_\_

## Seminar-Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Die verbindliche Anmeldung erfolgt durch Ausfüllen und Absenden des Anmeldeformulars in Schrift- oder elektronischer Form seitens des Kunden (PDF, per E-Mail, Fax). Im Falle der Überbuchung wird der Anmeldende unverzüglich informiert.

Die Anzahl der Teilnehmer ist begrenzt. Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung per E-Mail oder per Post.

Eventuell anfallende Kosten für Übernachtung und weitere Verpflegung sind von den Teilnehmern selbst zu tragen.

### Teilnahmegebühr

Die Seminargebühr ist vor Beginn des Seminars fällig und erfolgt gemäß den auf der Rechnung angegebenen Zahlungsbedingungen. Nach vorheriger schriftlicher Vereinbarung kann eine gesonderte Abrechnung erfolgen.

### Stornobedingungen / Seminarabsage

Der Rücktritt von einer Anmeldung ist stets schriftlich bekannt zu geben. Sie können bis fünf Wochen vor Seminarbeginn kostenlos vom Seminar zurücktreten. Bei einem späteren Rücktritt bis drei Wochen vor Seminarbeginn werden 50% der Seminargebühr berechnet.

Ein späterer Rücktritt ist möglich, wenn der freie Platz durch einen von Ihnen gestellten Ersatzteilnehmer besetzt wird. Andernfalls ist die volle Seminargebühr zu zahlen.

Bei Absage des Seminars durch den Veranstalter aus organisatorischen Gründen oder infolge höherer Gewalt (z.B. Erkrankung des Referenten) wird die Seminargebühr erstattet. Der Veranstalter bemüht sich um einen Folgetermin innerhalb der nächsten drei Monate.

Für vergebliche Aufwendungen oder sonstige Nachteile, die dem Kunden durch die Absage entstehen, kommt der Veranstalter nicht auf. Weitergehende Ansprüche des Teilnehmers sind ausgeschlossen.

### Änderung im Programm

Änderungen im Seminarprogramm bleiben vorbehalten.

### Datenschutz

Jeder Teilnehmer erklärt sich mit der elektronischen Speicherung seiner Daten einverstanden. Eine Weitergabe an Dritte ist ausgeschlossen.

### Haftung

Aus der Anwendung von erworbenem Fachwissen können keinerlei Haftungsansprüche gegenüber uns geltend gemacht werden. Der Veranstalter haftet nicht für den Verlust, die Beschädigung oder den Untergang von Sachen des Teilnehmers im Zusammenhang mit der Durchführung des Seminars, soweit dies nicht auf vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verhalten von uns zurückzuführen ist. Wir haftet nicht für Schäden, die durch höhere Gewalt sowie sonstige, von ihm nicht zu vertretenden Vorkommnisse (z.B. Streik, Aussperrung, Verkehrsstörung, Verfügung in- und ausländischer staatlicher Stellen) oder auf nicht schuldhaft verursachte, technische Störungen, etwa des EDV-Systems, zurückzuführen sind.

Jeder Teilnehmer trägt die volle Verantwortung für sich und seine Handlung innerhalb und ausserhalb des Seminars und kommt für eventuell verursachte Schäden selbst auf.

Dieses Seminar ist keine Psychotherapie und kann eine solche nicht ersetzen. Die Teilnahme setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus.