

Sich selbst behaupten und selbstsicherer sein!



Training
Coaching
Beratung

Brigitta Baltisberger



Training
Coaching
Beratung

Brigitta Baltisberger

Aspermontstrasse 15, CH-7000 Chur
081 322 58 79 / 079 233 33 07
info@bb-mentaltraining.ch
www.bb-mentaltraining.ch

Sich selbst behaupten und selbstsicherer sein!

Sie lernen sich selbst zu behaupten und selbstsicherer aufzutreten. Ihnen sind Ihre eigenen Talente und Werte bewusst und wissen, wie Sie mit sogenannten Schwächen umgehen können. Ihnen ist auch bewusst, wie Sie Ihre Stimme und Körpersprache einsetzen, um sich sicher zu fühlen und sich bei anderen zu behaupten. In diesem Kurs stehen Sie und Ihre Talente im Mittelpunkt, nicht Ihre Unsicherheit!

Kursinhalt

- Wie lassen sich Selbstsicherheit und selbstbewusstes Auftreten aneignen?
- Wie können die eigenen Talente gefördert werden?
- Wie mit eigenen Schwächen in der Öffentlichkeit umgehen?
- Erlernen von Methoden zum Entwickeln von Selbstsicherheit
- Erarbeiten des persönlichen Plans zum Entwickeln der eigenen Selbstsicherheit

Zielgruppe:	Damen und Herren, welche sicher und klar gegenüber anderen auftreten und ihre Fähigkeiten gut „verkaufen“ wollen.
Art:	Kleingruppe bis maximal 8 Personen
Datum:	03. und 17. April 2012 (2 Abende, dienstags)
Ort:	Chur, Aspermontstrasse 15, Brigitta Baltisberger Zala, Training - Coaching - Beratung
Zeit:	19.00 - 22.00 h
Kosten:	CHF 240.00 (beide Abende)
Frühbuchungsrabatt:	Bei Anmeldung bis 03.03.2012: CHF 210.00
Vorkenntnisse:	keine
Anmeldung:	Bitte per Post, Telefon oder E-Mail
Treueprämie:	1 CD im Wert von CHF 25.00 nach Wahl (exkl. Musik-CDs)
Abmeldung:	Bei Abmeldung bis 2 Wochen vor Workshopbeginn CHF 50.00, Umtriebsentschädigung, bei Abmeldung bis 1 Tag 50 % der Workshopkosten, Nichterscheinen 100 % der Workshopkosten.

Änderungen bleiben vorbehalten!