

NLP, Hypnose & Gesundheit

KURSE UND AUSBILDUNGEN **2010**



TRAININGDELUXE
Akademie für Kommunikation, Gesundheit und Entwicklung



Herzlich Willkommen bei Training Deluxe

Bei uns finden Sie Kursangebote zu den Themen Gesundheit, Kompetenzentwicklung und NLP. Wir bieten individuelle und professionelle Begleitung bei Ihrer persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung. In einer angenehmen Atmosphäre lernen Sie mit Freude und erweitern Ihre Spielräume. Mit unserem systemischen und lösungsorientierten Ansatz unterstützen wir Ihre positiven Veränderungen – wir freuen uns auf Sie.

Inhalt

Seite

NLP

NLP-Einführung	3
NLP-Practitioner Ausbildung	4
Work-Life-Balance	5
NLP im Beruf	6
NLP-Sprachkunst	7
Hypnose für Einsteiger und Profis	8
Die Macht der Stimme	10

Gesundheit

Meditation	11
Core Body Communication	12
Inner Journey	13
Autogenes Training	14
Systemische Aufstellungen	15
Anti-Burnout-Training	16

Ausbildungen

NLP-Practitioner Ausbildung (siehe NLP)	4
Entspannungstrainer-Ausbildung	17
Coaching-Ausbildung 2009	18
Mentaltrainer-Ausbildung	20

Sonstiges

Vortragsreihe 2010	21
Die Trainer	22
Anmeldung	23
Coaching	24

NLP ist kein Geheimnis

In drei Tagen zeigen wir Ihnen in diesem Seminar die Grundlagen des NLP. Wir bringen Sie der neurolinguistischen Programmierung näher. Erlernen Sie bewährte NLP-Techniken für Ihr berufliches und privates Leben. Nutzen Sie kreative Techniken und effektivere Kommunikation für Ihren persönlichen Erfolg.

Inhalte des Einsteiger NLP-Trainings:

- Was ist NLP?
- Vorannahmen der neurolinguistischen Programmierung
- Kommunikation: Sprache ist mehr als nur Worte...
- Das VAKOG Prinzip
- Besserer Umgang mit der Sprache (Milton-, Meta-Modell)
- Gelungene Kommunikation über alle Sinneskanäle
- Genaues Beobachten nonverbaler Signale
- Gespräche führen und Beziehungen gestalten
- Veränderung hinderlicher Glaubenssätze

In diesem Kurs lernen Sie, sich selbst und andere besser zu verstehen und sich klarer auszudrücken. Hinderliche Kommunikationsmuster werden deutlich und Sie lernen, diese zu verändern. Ihnen stehen bewusst und unbewusst neue Wahlmöglichkeiten zur Verfügung, um auch mit schwierigen Situationen leicht und spielerisch umzugehen. Ziel ist, sich in Kontakt mit kreativen Ressourcen zu bringen. Und damit selbstverantwortlich mit sich und anderen zu leben und zu kommunizieren. Und vor allem soll es auch Spaß machen. NLP zeigt den Weg.

Leitung: Markus Röder und Berit Zerche

Kosten: 200 €

Termine: 29. – 31.01.2010, 23. – 25.04.2010, 27.8. – 29.8.2010, und 19.11. – 21.11.2010 (Köln), 29.10. – 31.10.2010 (Frankfurt)

Ort: Köln, Frankfurt

Anmeldung: siehe Seite 23



1,5 jährige Ausbildung

Unsere NLP Practitioner Ausbildung ist eine umfassende Ausbildung, die Ihnen alle wichtigen Aspekte des NLP näher bringt. Die Arbeit mit NLP bietet hochwirksame Werkzeuge, die zum Gelingen von Kommunikationsprozessen beitragen und erfolgreiche Strategien, um auch in komplexen Zusammenhängen zielgerichtet zu handeln.

In sechs auf 1,5 Jahre verteilten Blöcken bieten wir Ihnen die Möglichkeiten persönlicher Weiterbildung und Kompetenzerweiterung. Die Werte, die wir dabei umsetzen, sind Erfolg, Klarheit und Selbstverantwortung. Durch die Ausbildungszeit und zusätzliche Supervisionen bieten wir Ihnen die Gelegenheit, das Gelernte zu integrieren und Teil Ihrer Persönlichkeit werden zu lassen.

Die Ausbildung beginnt immer mit einem Einführungskurs, nach dem Sie sich entscheiden können, ob Sie an der gesamten NLP-Practitioner Ausbildung teilnehmen möchten.

- 1. Kurs:** Einführungskurs
- 2. Kurs:** Wahlmöglichkeiten und Komfortzone erweitern (5 Tage)
- 3. Kurs:** Polaritäten und Ambivalenzen (2,5 Tage)
- 4. Kurs:** Ich bin, was ich glaube - Beliefsysteme (5 Tage)
- 5. Kurs:** Trancedays – Mit dem Unbewussten arbeiten (2,5 Tage)
- 6. Kurs:** Entscheidungsfindung und Test (5 Tage)

Supervision: Zwischen den Kursen 3 x 1 Tag

Wir senden Ihnen gerne alle Details unverbindlich zu.

Leitung: Berit Zerche und Markus Röder

Termine: Einführungskurse: 29. – 31.01.2010

2. Kurstermin: 10. – 14.03.2010

Weitere Kurstermine werden noch bekannt gegeben.

Ort: Wochenenden: Köln

5-Tagesblöcke: Haus Moreno, Eifel

Kosten: gesamte Ausbildung 1850 € zzgl. MwSt

Anmeldung: siehe Seite 23

Gelassen und sicher im Stress

In schwierigen Zeiten leistungsfähig sein und Herausforderungen souverän und gelassen begegnen – lernen, besser mit Stress umzugehen und sich wohl zu fühlen – darum geht es an diesem Wochenende. Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die nach Strategien suchen, um auch bei hohen Anforderungen in ihrem Leben innere Ruhe und Gelassenheit zu bewahren.

Kursthemen:

- Persönliche Stressverstärker erkennen und vermindern
- Techniken zur Vermeidung von negativem Stress
- Burn-Out-Prophylaxe: Schutz vor Erschöpfungszuständen
- Leben im Hier und Jetzt – Genussfähigkeit im Lebensalltag
- Prioritäten im Leben bewusst machen und setzen
- Wege zu mehr innerer Gelassenheit
- Work-Life-Balance – die dynamische Balance

In diesem Kurs erleben Sie, wie wohltuend es sein kann, sich zu entspannen und bei sich selbst anzukommen. Hochwirksame NLP-Techniken, Kognitionstraining und Übungen zur tiefen Entspannung unterstützen Sie dabei, den Zugang zu Ihren Ressourcen zu erweitern und so Ihre Lebensqualität zu steigern. Bei Bedarf werden weitere Aufbaumodule des Kurses angeboten.

Leitung: Berit Zerche

Kosten: 150 €

Termine: 12./13.03.2010

Zeiten: Freitag 17 – 21 und Samstag 10 – 18 Uhr

Ort: Brühl

Anmeldung: siehe Seite 23



Mehr Erfolg im Beruf mit NLP

Die Methode des Neurolinguistischen Programmierens (NLP) unterstützt Sie mit wirkungsvollen Techniken im Umgang mit typischen Berufsproblemen und im Ausbau Ihrer Fähigkeiten und Ressourcen. Nutzen Sie Ihr neu gelerntes Wissen in der Teamarbeit. Gerade dann, wenn Teammitglieder gegeneinander statt miteinander arbeiten und Probleme zerreden statt sie zu lösen, ist NLP sehr nützlich.

Kursthemen:

- Grundlagen NLP
- Mentale Anker bei sich und anderen nutzen
- Die persönliche Kraft verankern: Moment of Excellence
- Anker bei anderen setzen und gezielt auslösen
- Berufliche Ziele klarer setzen
- Gespräche führen mit NLP
- Feedbackreaktionsmechanismen und Sandwichfeedback
- Rapport, Pacing and Leading im Gespräch
- Klarkeit gewinnen: Das Metamodel
- Politisch reden: Das Miltonmodell der Sprache nutzen
- Stress aus dem Miteinander auflösen/Stressreduktion

Ziel des Kurses ist es, die Kompetenz zu erweitern, Rapport in Gruppen zu gewinnen und zu halten, die Gruppendynamik zu erkennen und zu steuern und dabei die eigenen Kräfte und Ressourcen erfolgreich einzusetzen. Und natürlich auch NLP ganzheitlich systemisch zu verstehen und zu nutzen.

Leitung: Markus Röder

Kosten: 490 €

Termine: 22. – 24.02.2010 und 06. – 08.04.2010 in Köln
05. – 07.07.2010 in Mannheim

Anmeldung: siehe Seite 23

Überzeugen und Präsentieren

Im Umgang mit Menschen zählen Ausstrahlung, Überzeugungskraft und die Fähigkeit, die eigenen Ideen gut zu präsentieren, zu den Erfolgsfaktoren. NLP zeigt einen Weg diese persönlichen Eigenschaften in Ihrem Leben gezielt zu lernen und zu verstärken.

Nach dem Kurs sind Sie in der Lage die aktuelle Stimmung rasch einzuschätzen und dementsprechend Ihre Ausstrahlung, sowie gezielt Ihre Sprache einzusetzen, um überzeugend zu präsentieren.

Inhalte des Kurses NLP-Sprachkunst:

- NLP - Übersicht
- Vorannahmen aus dem NLP
- Repräsentationsmodelle
- Was ist Charisma?
- NLP - Tiefenstruktur der Sprache
- Linguistische Erkenntnisse des 20/21. JH
- Gekonnt Informationen sammeln
- Das Metamodel der Sprache
- Glaubenssätze und Überzeugungen „ent-machen“
- Die interne Repräsentation von Überzeugungen
- Reframingmodelle
- Kontext- und Inhaltsreframing
- Hypnotische Grundlagen der Sprache
- Miltonmodell der Sprache
- Botschaften sublingual mit der Sprache transportieren
- Das Spiel mit der Sprache
- Sprachlicher Ausdruck der eigenen Vision
- Sleight of mouth - Sprachpattern für Profis

Leitung: Markus Röder

Termine: 07. – 09.06.2010

Ort: Eifel

Kosten: 450 € plus U/V

Anmeldung: siehe Seite 23

Hypnotische Zustände für Therapie und Veränderungsarbeit

Sie erlernen in diesem Workshop eine andere Person sicher in den Zustand der Hypnose zu versetzen und diesen zu vertiefen. Darüber hinaus erlernen Sie den Umgang mit den unten beschriebenen Techniken.

Nach dem Kurs beherrschen Sie die wichtigsten Hypnosetechniken. Sie können Klienten in kurzer Zeit in Trance versetzen oder eine Trance für therapeutische Zwecke auch vertiefen. Dabei gehen Sie respektvoll und wertschätzend mit dem Klienten um. Sie kennen die Techniken der hypnotherapeutischen Sprache und können diese anwenden.

Inhalte des Hypnose Kurses:

- Klassische Hypnosetechniken
- Moderne Hypnosetechniken sowie Regressions- und Rückführungstechniken
- Nonverbale Tranceinduktion und Selbsthypnose
- Die Anwendung der Trance in Therapie und Mentaltraining
- Auflösung von negativen Glaubensmustern, ungelösten seelischen Konflikten und traumatischen Erfahrungen
- Wie man eine Trance durch spezielle Fragetechniken einleitet
- Das Meta Modell
- Das Milton Modell
- Blitzhypnose

Leitung: Andreas Ermertz

Termine: 19. – 21.02.2010, 18. – 20.6.2010 und 24. – 26.09.2010

Ort: Köln

Kosten: 350 €

Anmeldung: siehe Seite 23



Andreas Ermertz ist Geschäftstellenleiter des Instituts für klinische Hypnosetherapie und Psychotherapie, unterhält seit 2005 eine eigene Hypnosepraxis und ist Fachreferent in Hypnose und Mentaltraining für mehrere Lehrinstitute. Er ist ausgebildeter Entspannungs- und Hypnosetherapeut.

Hypnose Aufbaukurs

Dieser Aufbaukurs ist ein umfassendes Hypnoseseminar für alle, die bereits grundlegende Erfahrung mit Hypnose besitzen. Sie erlernen eine andere Person gezielt und schnell in den Zustand der Hypnose zu versetzen und diesen zu vertiefen, sowie spezielle praxisbezogene Hypnosetechniken auch für den gezielten Einsatz in Coaching-Sitzungen. Sie profitieren von der Erfahrung zweier Trainer und Coaches und erhalten die Lizenz am Zertifikatskurs teilzunehmen.

Kursinhalte:

- Allgemeine Gesprächsführung
- Umgang mit möglichen Schwierigkeiten oder Komplikationen
- Fastphobiatechnik
- Stressmanagement
- Praxisführung und Rechtliches, u.v.m.

Leitung: Andreas Ermertz und Markus Röder

Termine: 08. – 11.04.2010 und 21. – 24.10.2010

Ort: Köln, **Kosten:** 790 €

Hypnose Expert Zertifikatskurs

In diesem Kurs intensivieren Sie die Erfahrungen aus dem Grund/Aufbaukurs mit noch mehr Praxis. Sie erhalten die Möglichkeit der Prüfung zum Internationalen Zertifikat, welches Anerkennung hat im: ICHP-Post-Graduate Association, National Hypnotherapy/ Psychotherapy Register, National Guild of Hypnotists, Berufsverband der Hypnosetherapeuten e.V. ...und vielen anderen. Es besteht die Möglichkeit des Beitritts zum Berufsverband. Dieser bietet zweimal pro Jahr ein kostenloses Ausbildungswochenende für die Mitglieder an.

Leitung: Andreas Ermertz

Termine: 13. – 14.11.2010

Ort: Köln, **Kosten:** 495 €

Hypnose Kompaktausbildung 2010

Alle Themen aus Grundkurs, Aufbaukurs und Zertifikatskurs in einer Kompaktausbildung zusammengefasst. Inklusive Zertifikat ICHP und Möglichkeit des Beitritts zum Berufsverband.

Leitung: Andreas Ermertz

Termin: 30.05. – 06.06.2010 (8 Tage)

Ort: St. Gallen, Schweiz, **Kosten:** 1690 €

Stimme – Sprechen und Persönlichkeit in der Beratung

Als Trainer, Berater, Coach oder Referent sind Sie auf ihre dauerhaft-tragfähige, belastbare Stimme und das an-kommende Sprechen angewiesen. Die individuelle Stimmanalyse und ein entsprechendes Training der eigenen Fähigkeiten hilft Ihnen zu mehr Sicherheit und Professionalität im Auftreten. Denn: Die Stimme ist ein „empfindliches“ Instrument für Stimmungen, (äußere und innere) Störungen, das intensiv reagiert. Wenn Sie sich als Trainer und Berater in diesem Themengebiet auskennen und mit den Fähigkeiten und auch Grenzen Ihrer Stimme/Sprechweise vertraut gemacht haben, sind Sie auch in schwierigen Gesprächssituationen sicher.

Ziele des Kurses:

- Sie lernen in Praxisübungen ihre eigene Stimme und das eigene Sprechen besser kennen und kennen Ihre Stärken und auch Übungsbereiche.
- Sie können Ihre eigene, aber auch die Sprechweise der Gesprächs- oder Seminarteilnehmer mit Hilfe ganz konkreter Parameter einschätzen.
- Sie erreichen eine personenbezogene und „persönlichkeitsverträgliche“ Verbesserung Ihrer Stimm- und Sprechleistungen und können diese auch in beruflichen Alltagssituationen beibehalten.

Joachim G. Beyer, Selbstständigkeit als Berater, Trainer, Coach „*die Macht der Stimme*“. Seine Stärke ist die Verbindung von Stimme,



Sprechen und Persönlichkeit sowie die Verbesserung der Kommunikation der Menschen miteinander. Es liegt ihm am Herzen, Menschen, die Stimme und Kommunikation für wesentliche Teile ihres Berufes unbedingt benötigen, bei der Entwicklung und Optimierung ihrer Möglichkeiten professionell zu begleiten. Sie sollen und können in den Besitz und die authentische Anwendung ihrer Möglichkeiten kommen!

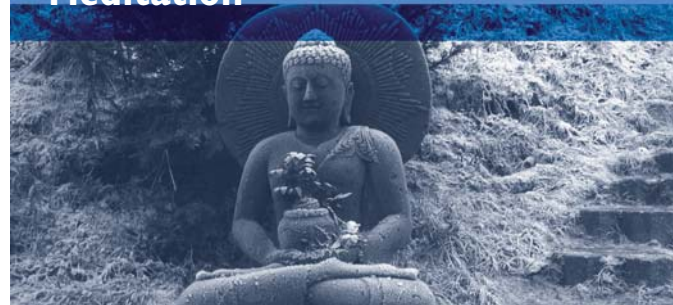
Leitung: Joachim G. Beyer

Termine: 11. – 12.09.2010

Ort: Köln

Kosten: 380 €

Anmeldung: siehe Seite 23



Einführung in die Meditation

Meditation ist eine Tradition, die es in vielen Kulturen gibt. Sei es das Zen im Buddhismus, die Mantra-Meditation der yogischen Tradition oder die Trancezustände der Schamanen. Allen gemeinsam ist die positive Wirkung auf Körper und Geist. Es werden vermehrt Endorphine freigesetzt. Diese körpereigenen Substanzen lösen gute Gefühle aus und verändern unser Denken beim Umgang mit Problemen. Der gesamte Stoffwechsel ist während der Meditation verlangsamt. Der Herzschlag reduziert sich, der Blutdruck sinkt und die Atmung wird regelmäßig und tief, Stress-Symptome werden abgebaut.

In der Einführung in die Meditation lernen Sie:

- Hintergründe zur Meditation
- Meditation und Gehirnforschung
- Die tägliche Meditationspraxis
- Einführung in die Herzmeditation
- Initiation in die Mantrenmeditation
- Nachbetreuung und Einstellung der richtigen Meditationszeit

In drei Tagen erlernen Sie die Grundlagen, die Sie dann für sich selbst umsetzen. Der Kurs besteht aus einem theoretischen Teil, einer Initiation in die Mantrenmeditation und dem Einstellen der richtigen Meditationszeit.

Leitung: Markus Röder

Termine: 26. – 28.02.2010, 18. – 20.6.2010, 03. – 05.09.2010

Ort: Bergisch Gladbach

Kosten: 200 €

Anmeldung: siehe Seite 23

Körpersignale wahrnehmen und verstehen

Was ist CBC ? Core Body Communication beschreibt eine neue Art Informationen des Körpers zu verstehen. Sie lernen in diesem Kurs Menschen auf verschiedenen Ebenen zu "lesen". Denn jeder Mensch hat emotionale und mentale Prägungen, die sich im Körper widerspiegeln.

Diese Prägungen spiegeln sich bei ganzheitlicher Betrachtung in den Körpertypen nach W. Reich wieder und sind Bestandteil des Kurses. Doch CBC geht tiefer. Jeder Bereich des Körpers, jedes Organ und jede Zelle haben direkte Informationen für uns. Denn der Körper ist vom Einzelnen bis zum Ganzen mit einem System von Bewusstsein – eine Art systemischer Zusammenschluss – verbunden. Unser Gehirn nutzt unseren Körper als eine "map of emotions", um emotionale Ereignisse und Zustände zu speichern und abzurufen. Gesundheit ist eng mit diesen Bereichen verbunden. Wir lernen, diese Verbindungen wahrzunehmen und zu verstehen.

Inhalte des CBC Kurses:

- Charakteranalyse nach W. Reich
- Kompensationstypen
- Äußere Kompensationsstruktur feststellen
- Karte der emotionalen und mentalen Körpermuster erstellen
- Sie lernen Menschen zu "lesen"
- Kommunikation mit den Organen und Zellen
- Einfache Auflösung von hinderlichen Mustern mit Hilfe mentaler Techniken

Leitung: Markus Röder

Termine: 12. – 14.04.2010

Ort: Eifel

Kosten: 330 € plus U/V

Anmeldung: siehe Seite 23



Transformation in der Tiefe

Diese kraftvolle innere Reise ist eine intensive Veränderungsarbeit. Stehen Sie an einem Wendepunkt in Ihrem Leben oder suchen Sie eine Möglichkeit immer gleiche Handlungsmuster zu verändern? Die Journey führt Sie tief in Ihr Inneres und erfüllt Sie mit einer Energie, die darauf wartet, dass Sie sich öffnen für die Freude, die Kreativität, die Freiheit und die Liebe.

Inhalte des Inner Journey Kurses:

- Ziele für die Inner Journey festlegen
- Kommunikation mit dem Herzen
- Herzöffnung und das Gruppenherz
- Verbinden mit den inneren Helfern
- Reise durch die Schichten zur Seele
- Aufarbeitungsprozess und Reinigung
- Emotional Release und Verzeihung
- Die Kraft der Liebe spüren und verschenken
- Verankern der Energie für die Zukunft
- FIPH – Technik - Find Inner Peace and Harmony

Die Inner Journey ist eine Prozessarbeit mit einer klaren Struktur, welche in die Tiefe geht und von dort heraus Veränderung bewirkt. Reisende sprechen von Einsichten in immer wiederkehrende Situationen im Leben. Diese intensive Veränderungsarbeit kann eine völlig neue Freiheit im Leben bringen. Auf körperlicher und emotionaler Ebene öffnet sich nach der Journey eine neue Möglichkeit, aus der Heilung erwachsen kann. Es ist ein intensives Erlebnis.

Leitung: Markus Röder

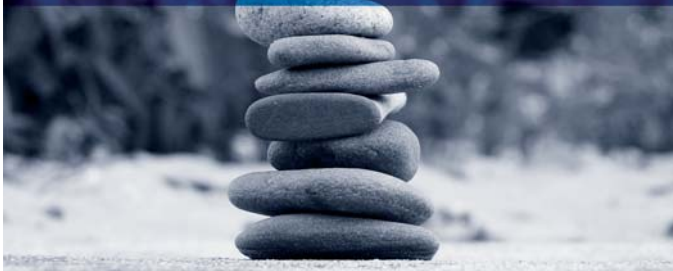
Termine: 23. – 25.04.2010

Ort: Eifel

Kosten: 290 € plus U/V

Anmeldung: siehe Seite 23

Autogenes Training



Grundkurs - Aufbaukurs - Trainer

Autogenes Training ist eine Selbstentspannungsmethode, die jeder für sich selbst anwenden kann. Es ist eine Art Selbst-Hypnose, die in verschiedenen Lebenssituationen hilfreich ist, und den inneren Ausgleich zwischen Spannung und Entspannung herstellen soll.

Im Grundkurs erlernen Sie die verschiedenen Stufen und setzen diese für sich selbst um.

Im Aufbaukurs erweitern Sie die Entspannung mit Suggestionen und mentalen Bildern.

Im Trainer-Seminar erweitern Sie Ihr Wissen um Vor- und Aufbereitung eines Trainings, sowie Umgang mit Problemen.

Jedes Seminar kann einzeln belegt werden.

Ihre Vorteile:

- kompetente Trainer
- Ausführliches schriftliches Material
- Eine CD: Autogenes Training für zuhause

Leitung: Markus Röder und Claudia Bode

Claudia Bode widmet sich in ihren Seminaren, Coachings und Beratungen dem physischen, emotionalen und mentalen Gleichgewicht ihrer Teilnehmer und Klienten. Sie ist Gesundheits- und Stressmanagementberaterin, sowie zertifizierte Entspannungspädagogin. Ihre Kreativität, Empathie und Vielseitigkeit sorgen stets für eine angenehme, abwechslungsreiche und entspannte Arbeitsatmosphäre.

Termine und Kosten:

Grundkurs: 20. – 21.03.2010 150 €
Aufbaukurs: 03. – 04.07.2010 150 €
Trainer-Seminar: 15. – 17.10.2010 450 €

Ort: Köln

Anmeldung: siehe Seite 23

Systemische Aufstellungen

Nichts kann allein für sich betrachtet werden

Sehen Sie die Welt als ein System, bei dem alles mit allem verknüpft ist. Systemische Aufstellungen und Familienstellen bieten die Möglichkeit zur Veränderung. Erleben Sie an diesen Tagen, wie Strukturen in Ihrem Familiensystem oder auch anderen Systemen, wie Unternehmen, Vereinen etc. sich auf Ihr Leben auswirken. Lösen Sie Verstrickungen und Familiengeheimnisse, oder auch Spannungen in Teams und Firmenstrukturen durch den Einsatz von Stellvertretern, die für Sie und Ihr System stehen. "Es ist nicht erklärbar - aber Liebe kann man auch nicht erklären".

Die Wirkung von systemischen Aufstellungen:

- Spannungen in den Beziehungen in der Ursprungs- oder Herkunftsfamilie können gelöst werden
- Unbewusste Verstrickungen und Verbindungen zu nicht gewollten alten Beziehungen, Geschäftspartnern etc. lösen
- Anwendung bei körperlichen Beschwerden wie Asthma, Psychosen, Trauma, Allergien, Fehlsicht und vieles mehr
- Entscheidungsfindung für neue Projekte, Ideen, Umzug o.ä
- Das Platzieren von neuen oder alten Mitarbeitern im Team an den best möglichen Arbeitsplatz
- Der Umgang mit Mitgliedern aus der Familie kann durch Verstehen der Verbindungen geklärt werden

Leitung: Claudia Siebler und Markus Röder

Termine: 24.01.2010 in Kronach,
05.06.2010 und 14.08.2010 in Köln

Kosten: 60 €

Anmeldung: siehe Seite 23

Anti-Burnout-Training



Das bewährte Stresstraining von Markus Röder

Dieser Kurs umfasst alle Möglichkeiten der Stress-Prävention, sowie eine gezielte Ausbildung im Bereich Anti-Stress-Körperarbeit und Entspannungstechniken. Unterstützt durch Mentaltraining zum Abbau der inneren Blockaden und von Stressauslösern ist dieses Anti-Burnout-Seminar eine Hilfe für alle.

Kursziel:

Nach dem Kurs kennen Sie Ihre Stress-Schwachpunkte und wissen wie Sie mit diesen umgehen können. Sie können bewusst in die innere Entspannung gehen und sich selbst jederzeit in einen guten Zustand geben. Das gibt Ihrem Körper die Möglichkeit, sich selbst zu regenerieren.

In diesem Kurs lernen Sie:

- Stress-Reaktionsmechanismen erkennen und auflösen
- Körperliche Stressmuster erkennen und lösen
- Körperliches Aufbautraining, besonders für Rücken und Nieren
- Übungen aus Yoga, Tai Chi und Chi Gong
- Bewegung in der Natur
- Schnell-Entspannungstechniken
- Autogenes Training
- Progressives Entspannungstraining
- Mentales Entspannungstraining
- Atemtechniken, um Stressblockaden zu lösen

Leitung: Markus Röder

Termine: 4. – 7.02.2010

Ort: Köln

Kosten: 300 €

Anmeldung: siehe Seite 23

Entspannungstrainer Ausbildung

Dieses Seminar bietet Ihnen kompakt eine umfassende und in sich geschlossene Ausbildung als Entspannungstrainer mit excellenten Trainern und qualitativ hochwertigem Seminarkonzept. Sie lernen die körperlichen und mentalen Grundlagen für die Arbeit als Entspannungstrainer im Rahmen von Präventionsprogrammen. Zum Abschluß der Ausbildung erhalten die Teilnehmer nach erfolgreicher Prüfung das Entspannungstrainer-Diplom und haben damit die Möglichkeit zu vergünstigten Weiterbildungen an unserer Akademie.

Die Kursinhalte werden in zwei Blöcken (7+4 Tage) in Theorie und vor allem mit viel Praxis gelehrt. Daneben werden Ihnen pädagogische und psychologische Grundlagen vermittelt, die Ihnen helfen werden, Ihre Kurse bzw. das Einzelcoaching individuell zu gestalten.

Kursinhalte :

- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Anti-Stresstraining und Stressmanagement
- Yoga
- Meditation
- Fantasiereisen
- Konzeption und Bewerbung von Kursen

Trainer: Markus Röder und Team

Ort: Köln

Kosten: 1280 €

Termine:

Block 1: 08. – 14.03.2010, Block 2: 13. – 16.05.2010 und

Block 1: 04. – 10.10.2010, Block 2: 16. – 19.12.2010



Erfolgreich als Coach arbeiten

Unsere Akademie richtet sich mit der Coachausbildung an Menschen, die bewusst einen neuen Weg in Ihrem Leben beschreiten möchten. Welche sich nicht scheuen, Neues in Ihr Leben zu integrieren und auch mal die eigene Persönlichkeit in einem kritischen Licht zu sehen, um so zu einem individuellen Coach zu werden. Um dem zu entsprechen richten wir uns auch nach den höchsten Ausbildungsstandards.

Berufsbild Managementcoach

Der Markt von Managementcoaches ist ein Markt mit Zukunft. Firmen benötigen immer mehr qualifizierte, externe Berater, die bei der Personalauswahl sowie der Unternehmensführung beratend helfen. Es geht darum die individuellen Kompetenzen und Eigenschaften der Mitarbeiter hervorzuheben und genau das zu fördern, was einen Mitarbeiter in seiner Individualität ausmacht. Sie finden die Schwachstellen in Teams, lösen Konflikte und helfen Unternehmen bei der Findung und Präsentation einer geeigneten Unternehmensphilosophie. Als Gesundheitscoach verbessern Sie das Work-Life-System und unterstützen Firmen im Health Management.

Berufsbild Gesundheitscoach

Als Gesundheitscoach gehen Sie auf die Verbindungen zwischen Körper und Psyche ein. Sie haben das Wissen über Zusammenhänge von Körper und Geist und können Ursachen von Krankheiten mit Verhalten, Gefühlen, Glaubenssätzen oder Werten in Verbindung bringen. Sie kennen intensive Veränderungsprozesse, die Menschen dort berühren, wo die Krankheit ihren Ursprung hat.

Sie kennen Methoden zur effektiven Stressbewältigung, sowie Techniken zur Entspannung und Erholung. Sie fördern die Gesundheit und Gelassenheit der Mitarbeiter und tragen so unmittelbar zu einer größeren Motivationsbereitschaft und Leistungsfähigkeit in Unternehmen bei.

In Zeiten von Stress und berufsbedingten Krankheiten ergänzt der Gesundheitscoach die Fähigkeiten des Managementcoaches.

Modulares Konzept

Die Ausbildung ist modular aufgebaut. Kompetente internationale Trainer verschiedener Fachrichtungen begleiten Sie auf Ihrem Weg.

- Grundausbildung Coaching (2 x 7 Tage)
- optional Weiterbildung Managementcoach (2 x 7 Tage)
- optional Weiterbildung Gesundheitscoach (10 Tage)
- Supervisionen

Sie können alle Blöcke wählen oder sich nur für eine Spezialisierung zum Management- oder Gesundheitscoach entscheiden. Für die Ausbildung zum Managementcoach oder Gesundheitscoach sind die Grundausbildung und zusätzliche Supervisionsstunden Voraussetzung. Der Abschluss der zertifizierten Ausbildung erfolgt durch eine schriftliche und praktische Abschlussprüfung.

Trainer:

Markus Röder
Berit Zerche
Slavica Squire
Andreas Emertz
Christine Schreiner

Kosten: Grundausbildung und Managementcoach je 1980 €
Gesundheitscoach 1430 €

Termine: Grundausbildung Block 1: 27.09. – 03.10.2010
Grundausbildung Block 2: 22. – 28.11.2010

Gerne senden wir Ihnen detaillierte Informationen zu.

Training-Deluxe begleitet Sie auf Ihrem Weg zum Mentaltrainer. Die komplette Ausbildung besteht aus 5 Kursen mit folgenden Kursblöcken: Practitioner I + II - Master I+ II - Trainer. Der erste Kurs "Mental-Practitioner" ist ein Einführungskurs und kann einzeln gebucht werden. Danach wird die weitere Teilnahme an den Folgeterminen bindend.

Sie erlernen die wichtigsten mentalen Techniken, wissen welche Macht hinter dem Unbewussten steckt und können diese gezielt anfordern. Sie beraten einzelne Personen, Gruppen und Teams im Umgang mit der Kraft des Unbewussten. Sie helfen Sportlern zu Höchstleistungen und bringen auch Ihr eigenes Leben zum Erfolg.

Kurse:

Mental - Practitioner I: Grundgesetze des Universums

Mental - Practitioner II: Eins-Sein mit dem Unbewussten

Mental - Master I: Der Zauberlehrling

Mental - Master II: Der Meisterschüler

Mental - Trainer: Der Mental - Magier

Termine: Mental Practitioner I

14. – 17.01.2010 **Ort:** Köln

11. – 14.03.2010 **Ort:** Frankfurt

02. – 05.12.2010 **Ort:** Köln

Nachfolgende Termine nach Absprache.

Kosten: 400 € pro Kurs

Anmeldung: siehe Seite 23



In regelmäßigen Abständen veranstalten wir in Köln kostenlose Vorträge zu Themen aus NLP, Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung. Bitte melden Sie sich vorab zu den Terminen an.

NLP Practitioner Ausbildung - offener Abend

Informationsabend über NLP und zur Ausbildung als zertifizierter NLP Practitioner.

Termin: 26.01.2010, 19:30 Uhr, Köln, Tor 28

Core Body Communication/Body Reading

Die Sprache des Körpers wahrnehmen. Körpertypen, osteopathische Ansätze und Kommunikation mit Organen und Zellen.

Termin: 12.04.2010, 19:30 Uhr

Systemische Aufstellungen

Dieser Vortrag richtet sich an Interessenten der Aufstellungsarbeit. Einführung in die Aufstellungsarbeit mit Familiensystemen und Organisationen.

Termin: 22.06.2010, 19:30 Uhr

Gehirngerechtes Lernen

Informationen für Eltern und Lehrer zu den Möglichkeiten wie NLP und modernes neurologisches Wissen für besseres Lernen eingesetzt werden kann und was Sie als Eltern dafür tun können.

Termin: 07.09.2010, 19:30 Uhr

Leitung: Markus Röder

Ort: Köln

Kosten: freier Eintritt, Anmeldung erwünscht

Anmeldung: siehe Seite 23



Markus Röder

Als Coach und Trainer für Persönlichkeitsentwicklung in den Bereichen Business und Gesundheit unterstützt Markus Röder Menschen mit den Möglichkeiten, die lösungsfokussiertes Coaching heute bietet. Das Portfolio reicht von der individuellen Betreuung bis zu systemischen Organisationsaufstellungen im Unternehmen. Er ist NLP Trainer und Gründer von Training Deluxe. Die Kurse führen in die Tiefe.

Durch seine empathische Art zu lehren, verbunden mit Fachwissen und Strukturierung, ergeben sie eine interessante Integration von Herz und Verstand. Er ist immer auf der Suche nach Visionen und Netzwerken der Zukunft.



Berit Zerche

Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten Kommunikation, Persönlichkeitsentwicklung und Teamentwicklung. Sie ist Diplom-Sozialpädagogin, Kunsttherapeutin, Psychotherapeutin (HPG) und NLP-Lehr-Trainerin (DVNLP) und arbeitet seit 16 Jahren in den Bereichen Erwachsenenbildung und Training. Mit viel Freude, Kreativität und einem reichen Erfahrungsschatz begleitet Berit Zerche Sie bei

Veränderungsprozessen und unterstützt Sie in Ihrer persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung.



Claudia Siebler

Die Fragen nach Heilung, Sinn und Leben führten sie über Ausdruckstanz, Reiki und Yoga vor 16 Jahren zum Schamanismus. Vierjährige Zeremonial-Ausbildung in Gaia-Schamanismus bei Sunwalker; H. Christof. Ausbildung zur Sampoorna-Yoga-Lehrerin bei Yogi Hari (Florida), sowie in Systemischer Aufstellungsarbeit. Seit 1999 leitet sie Schwitzhütten und schamanische Seminare, und für Einzelpersonen auch individuelle

Wachstumsrituale. Die Zeremonien hält sie zu Ehren unserer Mutter Erde und als Dank für die Freude am Leben. Sie ist die Lebensgefährtin von Markus Röder.

Anmeldung

Die Anmeldung kann per Email, telefonisch oder schriftlich erfolgen. Der Seminarbetrag wird nach Eingang der Anmeldebestätigung fällig. Ausnahme sind die offenen Abende, die direkt vor Ort bezahlt werden.

Warteliste

Die Reservierung der Teilnehmerplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. Ist ein Kurs ausgebucht, eröffnen wir eine Warteliste. Um Ihnen und uns die Planung und einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung zu erleichtern, bitten wir um eine rechtzeitige Anmeldung.

Rücktrittsregeln

Eine Abmeldung kann bei den meisten Kursen kostenlos bis 14 Tage vor Seminarbeginn erfolgen. Ausnahmen sind in den Kursbeschreibungen extra erwähnt. Bei einer Absage weniger als zwei Wochen vor Kursbeginn berechnen wir 30% des Seminarbetrags.

Regelung bei Kursabsagen

Sollte ein Seminar/Kurs nicht stattfinden, so erstatten wir die gezahlte Seminargebühr zurück oder buchen Sie auf Ihren Wunsch auf ein anderes Seminar um. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden.

Haftungsausschluss

Für Schäden an Eigentum und Gesundheit bei der Anfahrt, der Rückreise, während des Trainings sowie bei etwaigen Verlusten von Wertgegenständen übernimmt Training Deluxe keine Haftung. Wer sich in Therapie befindet, sollte rechtzeitig mit seinem Therapeuten und Training Deluxe klären, ob eine Teilnahme an einem Kurs möglich und sinnvoll ist. Die Kurse sind kein Ersatz für eine psychiatrische oder medizinische Behandlung. Jede/r Teilnehmer/in trägt für sich und seine/Ihre Handlungen innerhalb und außerhalb des Trainings selbst die Verantwortung.

Ermäßigungen

Schüler, Studenten, Ehepartner und Erwerbslose erhalten auf Nachfrage eine Ermäßigung in Höhe von 20%. Für viele unserer Kurse können Sie den NRW-Bildungsscheck beantragen.

Vorbehalt

Alle Angaben erfolgen nach unserem aktuellen Kenntnisstand. Änderungen, vor allem zum Kursort, behalten wir uns vor.
Gerichtsstand Köln, 01.05.2007

Individuelle Beratung und Coaching

Wenn die Seele keinen Raum mehr hat und das Gefühl "mir fehlt etwas" innerlich an Ihnen nagt, dann ist es Zeit diesen Raum wieder zu öffnen. Es ist Zeit sich wieder mit der eigenen Kraft zu verbinden und zurück in den persönlichen Fluß zu kommen.

Wir sind eine Gruppe von Coaches, Beratern und Therapeuten, spezialisiert auf folgende Bereiche:

- Gesundheitscoaching
- Paarberatung
- Persönlichkeitscoaching
- Systemisches Coaching
- Spirituelle und schamanische Entwicklung

Unsere Beratungspraxis steht Ihnen jederzeit offen. Für ein Kennenlerngespräch stehen wir Ihnen gerne telefonisch zur Verfügung. Mit unserem Fachwissen aus Unternehmens- und Businesscoaching kommen wir auch direkt zu Ihnen an den Arbeitsplatz, optimieren Ihr Zeitmanagement, klären systemische Probleme in Unternehmensstrukturen oder helfen Ihnen neue Märkte zu erschließen.

Unsere Arbeitsmethoden: Lösungsorientierte Ansätze · Hypnotherapeutische Arbeit · Systemische und organisationssystemische Ansätze · neurolinguistische Methoden · Meditation · körperorientierte Analysen · provokative Methodiken · Entspannungstechniken · Yoga · Chi Gong · Atemtechniken · Zeitmanagementtechniken

Raus aus dem Problem - Hin zum Ziel!

Wenn das Coaching optimal gelingt, was wäre danach anders?" und „Wer würde eine Veränderung als Erstes merken – und woran genau?“. Diese lösungsorientierten Ansätze bieten unseren Kunden die Möglichkeit die Wirksamkeit des Coachings zu bewerten. Wurden nach dem Coaching die Ziele erreicht? Wir bieten Ihnen Qualitätssicherung und Aufwandssicherheit im Coaching.



TRAININGDELUXE

Akademie für Kommunikation, Gesundheit und Entwicklung

Adalbertstr. 11-15 · 51103 Köln

Fon: 0221- 33 77 78 22

Email: info@training-deluxe.de

www.training-deluxe.de