



jekel & partner
Executive Coaching

Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement

Bauen Sie sich Ihr individuelles InselSeminar mit Thorsten Jekel.
2, 3 oder 5 Tage in der Woche vom 08. bis 12. November 2010.
Ganz nach Ihrem Terminkalender.

Sie kennen das Gefühl, wenig oder überhaupt keine Zeit zu haben? Ihre Arbeit bleibt oftmals liegen und trotz allem haben Sie keine Zeit für sich selbst, keine Zeit für Sich, Ihre Familie und Ihre Freunde? Dann entschleunigen Sie auf der Nordseeinsel Wangerooge im wunderschönen ruhig gelegenen Upstalsboom Strandhotel Gerken.

Im InselSeminar LifeDimensionen werden Ihnen folgende wesentliche Elemente des Selbst-, Ziel- und des Zeitmanagements vermittelt:

- Ganzheitliche Betrachtung aller Lebensbereiche in den LIFE-Dimensionen

Leistung	Erreichung Ihrer beruflichen Ziele
Ich	Verwirklichung einer echten Work-/Life-Balance. Zeit für mich!
Familie & Freunde	Erfüllende Beziehungen in der Partnerschaft, Familie und im Freundeskreis
Entwicklung	Ihre persönliche Weiterentwicklung

- Vermittlung der State-of-the-art Zeitmanagement-Techniken mit Papier und Elektronik
- Optionales Einzelcoaching an zwei Abenden und am Wochenende nach dem Seminar
- Sicherstellung der Umsetzung durch individuellen Umsetzungsplan und Begleitung nach dem Seminar

Der erfahrene **Executive Coach Thorsten Jekel** verfügt über langjährige Managementenerfahrung als Alleingeschäftsführer, sowie über eine ausgeprägte Trainings- und Coachingkompetenz. Weiter verfügt er über 42 Jahre Lebenserfahrung als Ehemann, Vater, Triathlet und vor allem als Mensch, mit all seinen Stärken und Schwächen.

Stellen Sie sich Ihr InselSeminar doch einfach selbst zusammen:

- **2 Tage: Dienstag ab 10 Uhr bis Mittwoch 18 Uhr**
Ausrichtung des Lebenskompasses, d.h. Was ist mir wichtig? Wo liegen meine Stärken?
Wie kann ich anderen Menschen Nutzen bringen?
- **3 Tage: Dienstag, Mittwoch und zusätzlich den Donnerstag**
2 Tage Ausrichtung des Lebenskompasses und 1 Tag Zeitmanagementtechniken mit Papier und Elektronik
- **5 Tage:**
Anreise bereits Montag bis 19 Uhr zur Klärung der Erwartungen und Entschleunigen am Montag Abend und auf Wunsch Erarbeitung des individuellen Umsetzungsplanes am Freitag Vormittag mit Unterstützung durch Thorsten Jekel

All denen, die die 2-Tages-Variante gewählt haben, bietet Thorsten Jekel einen separaten Termin zum Einzeltraining und -coaching, nach dem Seminar an. In Itzehoe gratis. Ansonsten fallen nur die Reiskosten an.



Das Upstalsboom Stranshotel Gerken bietet Ihnen folgendes

Tagungsarrangement von Montag bis Freitag an:

(Die Angebote für die 2 oder 3-Tages-Variante erhalten Sie, auf Anfrage, direkt vom Hotel)

- Vier Übernachtungen im komfortablen Hotelzimmer Standard
- Täglich reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Ein Begrüßungsdrink und vier Tagungsgetränke pro Seminartag
- Jeden Abend ein kreatives 4-Gänge-Menü
- 3x Mittags ein 2-Gänge-Menü inklusive einem Getränk
- Nutzung des Wellnessbereiches „Balance & SPA“ mit Swimmingpool, finnischer Sauna, Softsauna mit Kräuteraufguss, Infrarotkabine, Erlebnisdusche, Eisbrunnen, Solarium und Fitnessraum inklusive Bademänteln und Handtüchern

Ihr Seminarbeitrag beträgt inklusive Teilnehmerunterlagen, persolog-Profilen und Nachbetreuung zzgl. MwSt. pro Person

Ihr Arrangement-Preis beträgt inkl. MwSt. pro Person:

- Im Doppelzimmer Standard € 490,00
- Im Doppelzimmer Standard zur Einzelnutzung € 648,00
- Im Einzelzimmer Standard € 574,00

Verlängerungsnächte inkl. Frühstück pro Person:

- Im Doppelzimmer Standard € 65,00
- Im Doppelzimmer Standard zur Einzelnutzung € 116,00
- Im Einzelzimmer Standard € 90,00

€ 990,00

Anmeldung zum InselSeminar vom 08. bis 12. November 2010

Firmenadresse/Firmenstempel

Vorname, Nachname

Funktion / Abteilung

Telefon

Telefax

E-Mail

weitere Personen:

Vorname, Nachname

Vorname, Nachname

Funktion / Abteilung

Funktion / Abteilung

Telefon

Telefon

Telefax

Telefax

E-Mail

E-Mail

Kontaktdaten:

jekel & partner · Wilhelmstraße 1 · 25524 Itzehoe, Germany
Tel. 04821/949 86 86 · Fax: 03212/93 170 93 · E-Mail: t.jekel@jekelpartner.de

Die Hotelbuchung nehmen Sie bitte direkt im Upstalsboom Strandhotel Gerken vor.
Upstalsboom Strandhotel Gerken · Strandpromenade 21 · 26486 Nordseeheilbad Wangerooge
Tel. 04469-876-0 · Fax. 04469-876-511 · E-Mail: strandhotel@upstalsboom.de · www.upstalsboom.de

Rücktrittsbedingungen:

Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Seminarbeginn ist die halbe Teilnehmergebühr zu entrichten, danach ist die volle Teilnehmergebühr fällig. Bei Vermittlung eines Ersatzteilnehmers entstehen selbstverständlich keine Kosten. Gerichtsstand ist Itzehoe.

- Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten von jekel & partner gespeichert werden.
Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.
- Ich bin damit einverstanden, dass Informationen von jekel & partner an mich geschickt werden können.
Die Zustimmung kann ich jederzeit widerrufen.

Datum, Unterschrift

