



FREERIDE INSPIRATION DAYS

RAUS AUS DEM ALLTAG REIN IN DEN POWDER

EINZELHEITEN

Ort: Arlberg

Datum: 17.03. abends Anreise bis 20.00 Uhr. Ende am 21.03. nach dem Frühstück.

Unterbringung:
Hubertushof-Arlberg.at

Anzahl der Teilnehmer:
mind. 6, max. 12.

Kosten: 1.200€
zzgl. Hotel und Verpflegung, Skipass

Ablauf Donnerstag bis Samstag:
Tagsüber (bis ca. 14.00 Uhr) Freeridekurs unter Leitung von Michi Wohlleben. Ab dem Nachmittag gemeinsamer Austausch über eigene Themen und Anliegen, Reflexion und Erarbeitung von Lösungsvorschlägen unter Leitung von Michael Nusser.

Teilnahmevoraussetzung:
gute Skitechnik und sicheres Fahren auf der Piste und erste Erfahrungen im freien Gelände; Lust auf Austausch und Reflexion persönlicher Themen in der Gruppe.



Michi Wohlleben, Profialpinist und Freerider, und **Michael Nusser**, Coach und Geschäftsführer der Laganda GmbH, führen gemeinsam diese außergewöhnliche Veranstaltung durch.

nähere Infos und Anmeldung unter:
michi@michiwohlleben.de
www.michiwohlleben.de
+ 49 . 171 . 99 80 237
m.nusser@laganda.de
www.laganda.de
+49 . 711 . 72 20 200

Im Flow durch den Tiefschnee – im Gleichgewicht, die Geschwindigkeit und die Richtung kontrollierend, den Druck regulierend, agil und flexibel in abwechslungsreichem Gelände unterwegs, sich selbst optimal steuernd.

Alles Kompetenzen, die nicht nur beim Tiefschneefahren wichtig sind, sondern auch im eigenen Leben - Skifahren verstanden als Metapher für die Gestaltung unseres Alltages: Gelingt mir die Balance zwischen beruflichen und privaten Themen? Bin ich im richtigen Tempo zu meinen Zielen unterwegs? Wie komme ich zufrieden und gesund durch meinen Alltag? Wie führe ich mich selbst und andere in einer komplexen Welt?

Wenn Du Lust auf eine inspirierende Auszeit in einer herrlichen Bergwelt hast, dich drei Tage Skifahren abseits der Piste reizen und du dir dabei auch noch einen Blick auf deine persönlichen Themen und Herausforderungen gönnen willst, bist du hier genau richtig: Wir werden uns in einer kleinen Gruppe sportlich und mental beim Freeriden fordern und hierüber schnell eine vertraute Atmosphäre untereinander aufbauen. Inspiriert von den Erfahrungen im Tiefschnee werden bei gemeinsamen Gesprächen und Diskussionen eigene Anliegen eingebracht und gemeinsam reflektiert.

Insbesondere Menschen mit Verantwortungsbereitschaft, hoher Leistungsorientierung und in fordernden Führungsfunktionen sind herzlich eingeladen.