

Die Reise dient der intensiven beruflichen Fortbildung in Verbindung mit wichtiger eigener Regeneration auch durch die klimatischen Bedingungen. Ich verspreche lehrreiche und regenerative Tage, naturnah und stressarm.

Dr. Jakob Derbolowsky

## Themen

Wir befassen uns mit

- a) Entspannung und Stressabbau, Health-care, TrophoTraining®
- b) Ziel-, Zeit- und Erfolgsmanagement, Konfliktbearbeitung und life-work Balance
- c) Burnoutprophylaxe, Regeneration durch optimale Nutzung innerer/äußerer Energiequellen, Selfness, Resilienz
- d) Leadership, (Selbst-)Coaching, Kommunikation, Konfliktlösung
- e) mentalen Techniken: Visualisieren, geistige Steuerung, positiv Denken
- f) berufsbezogene Umsetzung der Inhalte (lösungsorientiertem Ansatz),

Die besondere Effizienz der Reise beruht

- auf dem Miteinander in einer kleinen Gruppe,
- auf den Möglichkeiten, das gewonnene Wissen gleich dort anzuwenden,
- auf dem an die individuellen Bedürfnisse angepassten inhaltlichen Verlauf und
- auf der großen fachlichen Erfahrung von Dr. med. Jakob Derbolowsky als Arzt, Coach, Dozent und Berater

## Ablauf

### Samstag

Anreise, 18 Uhr Begrüßung

### Sonntag, Montag, Donnerstag, Freitag:

9.30-12.30 Seminar  
14.00-18.00 Übungen (Gruppe und allein)  
18.30-19.30 Seminar  
19.30-21.30 Themenbezogener Austausch beim Abendessen

### Dienstag

9.00 Seminarinhaltsbezogene Exkursion mit Übungen,  
Ende ca. 17.30 Uhr

### Mittwoch

Kleingruppenarbeit und Individuelles Coaching

**Freitag** zusätzlich: Ab 20 Uhr geselliges Beisammensein mit Dr. Derbolowsky, Ende des Kurses.

### Samstag Rückreise

Die Themen werden von Dr. Derbolowsky vormittags in den Seminarstunden aufeinander aufbauend abgehandelt. Die Erfahrungen und Fortschritte durch die nachmittäglichen Übungen der Teilnehmer untereinander, werden dann in dem Abendseminar mit dem Leiter besprochen und vertieft. Das Abendessen der Teilnehmer dient dann dem „unbeobachteten“ Erfahrungsaustausch.



## Kommentare:

„In meiner täglichen Arbeit habe ich erst richtig gemerkt, was mir dieser Kurs für mich selbst und für meine Arbeit gebracht hat.“

PD Dr. W. Behrendt, Hanau

„Lernen ist mir noch nie so leicht, beiläufig und fröhlich gelungen.“

Dr. C. Pfitzner, Wunsiedel

„Ich habe schon einige derartige Kurse besucht. Diese Art von lebensnaher, ganzheitlicher Vermittlung übersteigt in der Effizienz alles, was ich bisher kannte!“

Dr. D. Diederichsen Bremen

„Wir haben nicht nur Kenntnisse und Fertigkeiten hinzugewonnen, auch unsere Partnerschaft hat von der Reise wesentlich profitiert“

H. Peukert, Landau

## Infos, Anmeldung und Organisation:

### Infos zur Reise und zum Kurs:

Consulting & Coaching Dr. Derbolowsky  
Waldstr. 2 b, 82110 Germering,  
Tel 089-847571, Fax 089-894 8121  
info@derbolowsky.de; www.derbolowsky.de  
Reisebüro Holidayhotline [www.holidayhotline.de](http://www.holidayhotline.de)  
Tel.: 089 8131124 Frau Postinghel

### Anmeldung:

Hiermit melde ich mich (und ggf. weitere Pers.)

für die Seminarreise vom 3.-10.3.2018 an:

Name, Vorname

Anschrift

Tel., e-mail:

Ort, Datum,  
Unterschrift

Ich habe Fragen zum Seminar, zur Reise  
(z.B. Begleitperson, Verlängerungstage, Ho-  
tel-/Zimmerwahlwahl usw.

Bitte rufen Sie mich an, Tel.: \_\_\_\_\_

Wir leiten Ihre Anmeldung an das Reisebüro  
Holidayhotline München, Frau Postinghel weiter, das  
für uns die Reise organisiert. Es besteht die Mög-  
lichkeit in Absprache mit uns, die Reise in Eigenre-  
gie zu buchen. Diese Anmeldung zum Kurs wird  
erst verbindlich mit der Reisebuchung.

## Leistungen, Hotel, Preise:



### 6 Tages-Seminar

4 Tage je 4 Std. Seminar und 4 Std. Übungen.  
1 ganztägige Seminarexkursion; 1 Tag Klein-  
gruppenarbeit, ggf. 30 min. Einzelgespräche.  
Seminargebühr 1000,- €; Paare 2000,- €, bei  
Zahlung bis 31.10.2017, danach 1200,-/2200,-  
Das Seminar kann in der Regel als berufliche  
Fortbildung geltend gemacht werden.

### Hotel und Reise\*

Das Reisebüro vermittelt nach Rücksprache  
mit Ihnen individuelle Packages (Flug, Hotel,  
Ü/F; Ü/HP; zwischen 800 – 1900 €, bevorzugt  
ist das Grand Hotel Anthelia Park\*\*\*\*\*, Foto  
oben, ca. 1800,- €).

Bei Reiseplanung in Eigenregie wird ein  
Zuschlag (75,- €) zur Kursgebühr erhoben.

### Wetter

angenehm temperiert, sonnig und meist  
trocken mit Temperaturen um 24°C, nachts  
um 18°C, Meer ca. 20°C.

# Weiterbildung\*\*\*\*\*

## Teneriffa

mit Dr. Jakob Derbolowsky



## Führung

Teamführung, Gruppendynamik,  
Motivation, Kommunikation  
Zeitmanagement, Resilienz  
Stressprävention/-reduktion,  
TrophoTraining® u.a.

3. -10. März 2018