



## BusinessCoaching-Netz Coaching von Frauen für Frauen



Ein herzliches ‚Willkommen‘ zur Sommerausgabe unseres Newsletters! Wenn er Ihnen gefällt, freuen wir uns über eine Weiterleitung an Kolleginnen und Freundinnen.

Dieses Mal geht es um das Thema Coaching in der Natur:

- \* Zitat zum Thema
- \* Gehen Sie doch mal ins Freie!
- \* Das Boot im Schlepptau
- \* Der Wahrnehmungsspaziergang (Übung)
- \* Unsere Fragen an Sie, liebe Leserin
- \* Unser Archiv
- \* Veranstaltungen im Netzwerk

### Zitat zum Thema:

„So wenig als möglich sitzen; keinem Gedanken Glauben schenken, der nicht im Freien geboren ist und bei freier Bewegung, in dem nicht auch die Muskeln ein Fest feiern! Das Sitzfleisch ist die eigentliche Sünde wider den Heiligen Geist.“

Friedrich Nietzsche (1844-1900) in ‚Also sprach Zarathustra‘

Auf das Thema dieses Newsletters abgewandelt könnte es heißen:

**Schenke keinem Gedanken Glauben, der nicht im Freien  
geboren ist und bei freier Bewegung ...**

**Gehen Sie doch mal ins Freie!**

## Coaching und Selbstklärung in der Natur

Sabine Falk, Moderatorin, Trainerin und Coach, Dialog-Kommunikationsberatung, Kassel, [www.sabinefalk.de](http://www.sabinefalk.de)

Nicht erst seit Corona entdecken viele Menschen das wohltuende Sein in der Natur. Wir finden Entspannung, erfrischen den Geist und balancieren unsere Gefühle. Wir genießen die Klänge, tauchen in eine lebendige Stille ein, erschnuppeln die vielfältigen Gerüche und atmen auf, wir spüren den Wind in unseren Haaren oder die Wärme auf der Haut, lassen unseren Blick in die Ferne schweifen oder vertiefen uns in die bezaubernde Struktur einer kleinen Blüte. Natur tut gut – in Zeiten von Homeoffice und sozialer Distanz haben viele Menschen die Liebe zur Natur (wieder-)entdeckt. Im Wald zu baden ist entspannend und wohltuend – und schon das ist ein Türöffner für gute (Selbst-) Klärungsprozesse. Allerdings macht uns die Natur noch weitere Geschenke. Als Coach arbeite ich gerne in und mit der Natur. Allein schon durch die Bewegung beim Walk-Talk kommen mit dem Körper auch Gefühle und Gedanken in Bewegung.

Auf der Suche nach Klärung können wir uns – alleine oder in Begleitung durch einen Coach - von der Weite des Ausblicks, von der Erhabenheit der Bäume, von dem Zusammenspiel der Lebewesen oder von dem Verlauf eines Flussbetts inspirieren lassen. Manchmal konfrontiert uns das, was wir unter freiem Himmel erleben: Vergänglichkeit, Begrenzung, Zerstörung sind ebenso wegweisende Einblicke in unsere innere Verfasstheit, wie die unendliche Schönheit und Harmonie, die wir da draußen vorfinden.

Die Natur ist eine facettenreiche Projektionsfläche: Was immer wir auf unserem Weg wahrnehmen, ist eine Projektion unseres Inneren und hat etwas mit uns zu tun. Als Coach nutze ich diese Projektionsfläche in den Prozessen, die ich begleite. Doch auch wenn Sie alleine durch die Natur streifen, können Weggabelungen, Anhöhen, Felsgrotten, Quellen oder der Wuchs alter Bäume Sie dazu inspirieren, das Bewusstsein für die eigene Situation zu schärfen. Was uns umgibt, dient uns als Anregung. Wir sehen die Schönheit, die Kreativität, die Gelassenheit, die Weite, das Verborgene, die Kraft, die Sanftheit, die Wildnis, die Notwendigkeit der Zerstörung, den Abschied ebenso wie den Neubeginn – und erarbeiten daraus nächste Schritte und Lösungswege.

Die Natur lädt uns ein, unsere Sinne zu öffnen. Wir können uns den Farben, Formen und sich wandelnden Perspektiven kaum verschließen. Der würzige Geruch der Baumharze, das Klopfen eines Spechtes, der Luftzug, der Kühlung bringt: Im Gewahrsein dessen vertiefen wir unsere Wahrnehmung. Wahrnehmung ist eine bedeutsame Zutat für (Selbst-)Klärungsprozesse. In der Natur können wir lernen, wahrzunehmen ohne zu bewerten. Wir können hineinlauschen in das, was uns umgibt, ohne es benennen und einordnen zu müssen. Es gilt Zeuge zu sein von dem, was ist, von dem, was sich zeigt – im Außen wie im Inneren.

Aus der Tiefe der Wahrnehmung erwächst Bewusstheit, die uns die

Verbindung zu allem Lebendigen erfahren lässt. Wir nehmen uns als Teil des Ganzen wahr. Wir nehmen wahr, dass wir nicht getrennt, nicht isoliert sind. Diese Wahrnehmung gibt Sicherheit - Sicherheit die in uns Geborgenheit und Wohlgefühl auslöst. Im Bewusstsein der Verbundenheit fällt es leichter, unseren Geist zu öffnen, Klarheit, Inspiration und Fülle einzuladen. Damit unterstützen wir unsere Suchprozesse.

Die geöffneten Sinne stärken den Zugang zu unserer Intuition, eine wirkungsvolle Quelle und eine sinnvolle Ergänzung zur eher logisch-analytischen Herangehensweisen des Alltags. Die Philosophin Natalie Knapp beschreibt, wie uns Intuition hilft, Menschen und Situationen ganzheitlich einzuschätzen und das eigene Problemverständnis zu vervollständigen. Durch sie wird die Entwicklung von Lösungen möglich, zu denen wir mit der rein analytischen Vorgehensweise keinen Zugang gefunden hätten.

Indem wir unsere Sinne öffnen und wahrnehmen, können wir die Natur als einen nährenden Resonanzraum erfahren. Wir stehen in Verbindung, mit dem was uns umgibt. Und so geschieht es, dass uns etwas im Innersten berührt und wir darauf mit Gefühlen, Gedanken und Handlungen antworten. Für den Soziologen Hartmut Rosa geht Resonanz dabei über ein einfaches Echo hinaus. Er beschreibt sie als eine lebendige Beziehung zur Welt.

Die Natur, so Hartmut Rosa, tritt uns als lebendiges Gegenüber entgegen, das in uns etwas zum Schwingen bringt. Damit ist sie mehr als eine attraktive Kulisse. Wir sind ein Teil der Natur. Wir können nicht nur in, sondern vielmehr mit der Natur sein. Wer achtsam ist, sich auf seine innere Frage ausrichtet, sich der natürlichen Welt anvertraut und lauscht, erhält Antworten, erfährt Zeichen und Hinweise. Und oft genug geschieht es, dass die Lösung gleichsam vom Himmel fällt - und in unserer Tiefe ankommt. Als Coach weiß ich um die Nachhaltigkeit solcher Erfahrungen.

So gesehen gibt es kaum einen wirksameren Raum für die Suche nach Orientierung als die Natur – im Bewusstsein dessen, dass wir ein Teil des Ganzen sind. Wenn es Ihnen also in Ihrem beruflichen und privaten Leben zu eng wird, Sie nach der Erweiterung Ihrer Handlungsmöglichkeiten suchen: Gehen Sie doch mal ins Freie! Als Coaches begleiten wir Sie gerne auf diesem Weg.

Literatur:

Hartmut Rosa: Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung. Suhrkamp 2016

Natalie Knapp: Der Quantensprung des Denkens. Rowohlt 2011

Fritz Habekuss: Was uns nach draußen zieht. Die Zeit, 7. Mai 2020

## **Das Boot im Schlepptau – Coaching in der Natur**

Ursula Kraemer, Gründungs- und Businesscoach, <https://navigo-coaching.de>

„Können Sie mich dabei unterstützen, meine Präsentationen zu verbessern?  
Ich muss häufig unsere Projekte vor Gremien vorstellen und ich habe den

Eindruck, dass das besser laufen könnte. Im Klartext, wir bekommen häufiger den Auftrag nicht.“ Der Klient, ein Mann in den mittleren Jahren, war zusammen mit einem Kompagnon Inhaber eines mittelständischen Betriebs. Um seine Präsentationen praktisch üben zu können, hatte er Pläne und Skizzen mitgebracht. Sie füllten die beiden dicken Aktenkoffer, die er neben sich abstellte.

„Bevor wir beginnen“, schlug ich vor, „lassen Sie mich erst einmal etwas über Ihre Firma wissen. Was tun Sie und womit machen Sie Ihre Geschäfte? Was ist das Ziel Ihrer Präsentationen und wer entscheidet letztendlich, ob Sie den Zuschlag bekommen?“ Mein Klient war damit einverstanden und beantwortete zunächst bereitwillig meine Fragen. Doch dann kam er ins Stocken. Er wirkte mehr und mehr bedrückt und sprach immer leiser. Irgendetwas musste hinter dem ursprünglich genannten Thema stecken. In der Hoffnung, die Bewegung würde ihn auflockern, schlug ich einen Spaziergang vor. Er war einverstanden. Den Weg zum See ging er schweigend neben mir. Doch hin und wieder stieß schwungvoll, fast wütend einen Stein mit dem Fuß weg.

Am Ufer wählten wir eine Bank und schauten den Booten nach. Plötzlich deutete er auf ein Motorschiff, das einen Kahn nach sich zog. „Genauso fühle ich mich“, brach es aus ihm heraus. Ich bin derjenige, der dafür sorgt, dass der Laden läuft und mein Kompagnon macht sich einen schlanken Fuß. Auch glaube ich, dass er Geld aus der Firma abgezweigt hat. Nur beweisen kann ich es nicht.“

„Wenn Sie die Wahl hätten, ohne über die Konsequenzen nachzudenken, was würde Sie gerne tun?“

Die Antwort kam spontan: „Das Seil kappen. Alleine weiterfahren. Aber das geht wohl nicht.“

Ich ging auf diesen Einwand nicht ein und schlug vor, mögliche Problemlösungen gedanklich durchzuspielen. Er willigt ein. Zuerst überlegten wir, ob die Betrugssache aus der Welt geräumt und das Vertrauen wieder hergestellt werden könnte. Wir gingen die Option durch, wie er mit seinem Partner zu einer neuen Arbeitsaufteilung kommen könnte. Wir entwickelten Szenarien, wie er und sein Kollege getrennte Wege gehen könnten und wie sich das auf ihre gemeinsame Zukunft und die ihres Unternehmens auswirken würde. Und wir suchten nach Strategien, wie er sein Geschäft wieder ankurbeln könnte, um das Überleben der Firma zu sichern.

Dann bat ich ihn, Symbole zu suchen für die einzelnen Lösungen. Er wählte einen Ast, einen Tannenzapfen und ein Schneckenhaus. Nach längerem Suchen fand er auch eine Feder. Nacheinander nahm der die Gegenstände in die Hand und spürte nach, welche der Möglichkeiten für ihn am gangbarsten schien. Die Leichtigkeit der Feder war es. Er entschied sich für die Trennung von seinem Kompagnon. Diesen Vorschlag wollte er ihm machen, denn der Betrug hatte die gemeinsame Arbeitsbasis für immer zerstört. Mit der Entscheidung schien eine Zentnerlast von ihm abzufallen. Seine fahrigten Hände wurden ruhiger, seine Gesichtszüge entspannter. „Lassen Sie uns noch dieses Gespräch vorbereiten“, bat er mich. „Ich will sicher sein, das Richtige zu sagen und eine Trennung einzuleiten, die beide akzeptieren können.“

Zurück im Beratungsraum präzisierten wir die Ziele, die er mit diesem Gespräch zu erreichen suchte, trugen Argumente zusammen, fragten uns, auf welche Reaktionen seines Gesprächspartners er sich einstellen musste, und entwickelten so ein Konzept, mit dem er sich gut gerüstet fühlte für diesen wichtigen Schritt. „Ich habe eine innere Klarheit gefunden und kann jetzt ganz anderes auftreten“, so sein Kommentar.

Kurz bevor er sich verabschiedete sagte er, ohne mich anzusehen, mit ersticker Stimme: „Wenn ich gewusst hätte, dass das Coaching ist, wäre ich früher gekommen. Ich sah keine Hoffnung mehr, die Firma noch retten zu können. Ich hatte schon meine Lebensversicherung zur Hand genommen und ausgerechnet, wie lange diese Summe für meine Frau und die Kinder reichen würde.“ Er wurde still. „Aber das wäre ja auch keine Lösung gewesen.“ Er schluckte und wischte sich mit dem Handrücken über die Augen.

### **Wahrnehmungsspaziergang – eine Anleitung**

Sabine Falk, Moderatorin, Trainerin und Coach, Dialog-Kommunikationsberatung, Kassel, [www.sabinefalk.de](http://www.sabinefalk.de)

Nutzen Sie Ihren nächsten Aufenthalt in der Natur um eine Resonanzerfahrung zu machen. Vielleicht suchen Sie auch eine Antwort auf eine Alltagsfrage?

Die Botschaften, die die Natur für uns hat, erschließen sich nicht im Vorbeigehen. Sie wahrzunehmen erfordert eine entspannte und offene innere Haltung. Hier eine Anleitung zum achtsamen Erkunden.

#### **1. Aufwärmen:**

Beginnen Sie mit einer kleinen Übung zur Öffnung der Sinne. So verfeinern Sie Ihre Wahrnehmung:

Gehen auf Ihrem Weg durch die Natur 10 bis 15 Minuten in Stille. Versuchen Sie, sich nacheinander jeweils auf einen Ihrer Sinne zu konzentrieren:

Lauschen Sie eine Zeit in das was sie umgibt. Hören Sie dem Knistern eines trockenen Blattes zu, wenn Sie es Ihrem Ohr zerreiben. Gibt es etwas zu schmecken? Vielleicht können Sie ein Waldbeere pflücken und langsam im Mund zergehen lassen? Wie schmeckt der Schnee am Wegesrand? Das Wasser der Quelle? Nehmen Sie den Ort mit Ihren Augen auf. Genießen Sie die unterschiedlichen Farben und Formen, das Kleine und das Große, das Weite und Nahe. Spüren Sie der Sonne oder dem Regen auf ihrer Haut nach, oder wie der Wind mit Ihren Haaren spielt. Spüren Sie, wie Ihre Füße den Boden berühren – vielleicht möchten Sie mal wieder barfuß gehen?

Erschnuppern Sie Ihre Umgebung. Welche Dürfte und Gerüche können Sie wahrnehmen?

Ein Tipp: unsere Sinne wollen gelockt werden. Geben Sie Ihnen dazu etwas Zeit. Haben Sie Geduld.

## 2. Ausweiten:

Wenn Sie diesen Wahrnehmungsspaziergang nutzen wollen, um eine Anregung zu einem Thema zu bekommen, das Sie gerade im Alltag beschäftigt, richten Sie sich jetzt innerlich auf Ihre Frage aus. Sie können aber auch ganz offen den nächsten Schritt tun – neugierig darauf, was sich Ihnen zeigt.

Suchen Sie sich einen Ast, eine Rinne oder Wegkante. Mit einem bewussten Schritt über diese „Schwelle“ betreten Sie einen neuen Wahrnehmungsraum.

Nun lassen Sie sich - ohne zu sprechen - treiben. Folgen Sie Ihrem Gefühl. Was zieht Sie an? Wo möchten Sie auf Abstand bleiben? Tun Sie, was Sie sonst vielleicht nicht tun: Breiten Sie sich auf den Waldboden aus, legen Sie Ihr Ohr an einem Baum, nehmen Sie eine ungewohnten Perspektive ein. Nutzen Sie all Ihre Sinne um aufzunehmen, was Sie umgibt. Nehmen Sie wie mit einem Radar sensibel die Umgebung wahr. Sammeln Sie neugierig und ohne Vor-Urteile ein, was dieser Ort für Sie bereithält. Bewerten Sie nichts! Fahren Sie ihre „Antennen“ aus und treten Sie mit dem, was sich hier und heute zeigt, in Verbindung. Wie wirkt das auf Sie? Welche Resonanzen gibt es in Ihnen? Was geschieht mit Ihren Gedanken? Wird es stiller ihn Ihnen? Oder drängt sich Ihnen ein Wort, ein Satz auf? Beobachten Sie Ihre Stimmung. Verändern sich vielleicht Ihre Gefühle? Regt sich etwas im Körper?

Nach einer Weile (für den Anfang empfehlen wir Ihnen eine Viertelstunde) gehen Sie zu der von Ihnen gewählten Schwelle zurück, übertreten sie und verlassen auf diese Weise bewusst diesen besonderen Wahrnehmungsraum.

## 3. Nachspüren, Austausch

Nehmen Sie sich zum Abschluss noch etwas Zeit, um sich darüber bewusst zu werden, was dieser Wahrnehmungsspaziergang in Ihnen bewegt hat. Welche Resonanz konnten Sie wahrnehmen? Welche Bilder, Assoziationen oder Geschichten sind in Ihnen lebendig geworden. Haben Ihre Gedanken, Gefühle oder körperlichen Empfindungen ein Thema? Und schließlich: Wie geht es Ihnen jetzt? Hat die Zeit gutgetan? Wozu hat Sie dieser Wahrnehmungsraum angeregt? Sind Sie innerlich ruhig geworden? Haben Sie Antworten bekommen? Oder sind Sie auf eine Frage gestoßen, die Sie weiterbringt? Wenn Sie sich zuvor auf eine Thema focussiert haben: Haben Sie Hinweise bekommen, die für Sie hilfreich sind?

Trauen Sie Ihrer Wahrnehmung und geben Sie ihr Bedeutung. Es hilft, das Erlebte zu bündeln: durch eine kleine Tagebuchnotiz, eine Postkarte, die Sie sich selbst zuschicken oder durch ein Bild.

Sind Sie in einer kleinen Gruppe unterwegs, lohnt es sich, die Erlebnisse zusammenzutragen. Sie werden erstaunt sein, wie sich unterschiedliche Wahrnehmungen zuweilen zu einem Ganzen zusammenfügen.

Manche Erkenntnisse brauchen etwas länger, bis sie bei uns ankommen. Bleiben Sie offen für das, was Ihnen begegnet. Achten Sie in der nächsten Zeit auf Ihre Träume.

## **Noch eine Literaturempfehlung**

Sandra Knümann, Der Wald verlangt keine Gegenleistung, Warum ein

Wald das ideale Setting für eine Therapiestunde sein kann. [Psychologie heute](#)

### **Unsere Fragen an Sie**

Was hat sich für Sie durch die Corona-Zeit bisher verändert?  
Welche Erfahrungen haben Sie gemacht? Im Homeoffice, mit virtueller Führung, mit zu viel oder zu wenig Arbeit?  
Welche Themen waren für Sie besonders wichtig?

Wir sind gespannt auf Ihre Antworten. Bitte schicken Sie sie an [uk@navigo-coaching.de](mailto:uk@navigo-coaching.de) und schreiben uns dazu, ob wir Ihre Antwort anonymisiert in unserem nächsten Newsletter erwähnen dürfen.  
Das würde uns sehr freuen.  
Vielen Dank fürs Mitmachen!

Die Kolleginnen vom Businesscoaching-Netz

### **Kennen Sie unser Archiv?**

Alle Ausgaben unseres Newsletters mit spannenden Themen und wertvollem Inhalt können Sie [hier](#) nachlesen

### **Veranstaltungen im Netzwerk**

Nach der unfreiwilligen Coronapause können Sie wieder eine Reihe von Veranstaltungen buchen:

#### **Klärungszeit: Wahrnehmung, Ausrichtung, Inspiration**

Dieser Workshop dient der Selbstklärung. Mit Übungen zu Wahrnehmung und Intuition machen wir uns auf den Weg der Klärung: erkennen was ist, wahrnehmen wohin es gehen soll, aufnehmen was uns bei unseren nächsten Schritten unterstützen kann.

Sabine Falk

LenneStadt-Hachen

23.-24.08.2019

150,- € zzgl. Verpflegung

[Zur Anmeldung](#)

#### **Dream & Do: Deine Vision, Deine Mission**

Für alle, die sich beruflich oder privat unzufrieden fühlen und Ihrem Leben eine klare Ausrichtung geben wollen. Sie entdecken, was Ihre Berufung und Ihre Vision eines erfüllten Lebens ist. In konkreten Schritten gestalten Sie die Umsetzung Ihrer Ideen.

Sandra Kühnle & Sonja Umstätter

Der Coaching Laden, Bötzowstr. 28, Berlin

04.-06.09.2020

378,30- €

[Anmeldung](#)

**Endlich mehr verkaufen - Kunden gewinnen in vier Schritten  
Gratis-Challenge: 4 Videos plus 1 Aufgabe pro Video.**

- **Video 1**  
Die Probleme und Bedürfnisse eines Kunden herausfinden
- **Video 2**  
Nutzen und Argumente für das eigene Angebot finden
- **Video 3**  
Den Preis verhandeln und Möglichkeiten, dem Kunden entgegenzukommen.
- **Video 4**  
Das überzeugende Auftreten ist das A und O eines erfolgreichen Verkaufsgesprächs.

14. – 17. September 2020 online

Anmeldung [Ursula Kraemer](#)

**Coachingkompetenz für Führungskräfte**

Für Führungskräfte, die die Potenzialentwicklung ihrer Mitarbeiter\*innen in den Fokus ihres Führungshandelns nehmen und dazu Elemente des Coachings nutzen möchten.

In dieser Weiterbildung lernen Sie die Grundhaltung und Methodik des systemischen Coachings kennen.

Sandra Kühnle

Wandel Institut, Kyffhäuserstr. 4, Berlin

24.-25.09.2020

ab 853,60 €

[Anmeldung](#)

**Die Kraft des Dialogs**

Menschen sitzen im Kreis, sprechen von Herzen, lauschen den Worten. Es entstehen Vertrauensräume, in denen bisher Verborgenes Gestalt annimmt. Dieser Tag lädt dazu ein, die einfachen Regeln dieser Gesprächsform kennenzulernen, die dialogische Haltung zu erproben und die inspirierende Kraft der Verbundenheit zu erfahren. Das Thema dieses Tages handelt vom Frieden.

Ein Angebot für Menschen, die nach neuen Wegen der Kommunikation in ihren Teams und Projekten suchen.

Sabine Falk

Freiburg, Jurte in St. Georgen

26.09.2020, 10.00h – 18.00h

95,- € zzgl. Verpflegung

[Anmeldung](#)

## **Coaching-Tage**

### **Methoden der Selbststeuerung - innehalten – sortieren – handeln**

Sie nehmen sich drei Tage Zeit, um an einem Thema zu arbeiten, für das Sie Lösungen, Stärkung, Unterstützung suchen. Dafür nutzen Sie die Anregungen einer kleinen Gruppe (maximal 8 TeilnehmerInnen) und die professionelle Leitung zweier erfahrener Beraterinnen.

Christine Scharlau & Karin Brämisch-Meyer

21.-23. Oktober 2020

565,- €, ab 8 TN 525,- € (einschließlich Übernachtung & Verpflegung)

Dieses Seminar ist als Bildungsurlaub anerkannt.

[Zur Anmeldung](#)

### **Honorare selbstbewusst verhandeln**

Vielen Gründerinnen und Selbstständigen sind Gespräche übers Honorar unangenehm. Oft sprechen sie dieses Thema von sich aus gar nicht an - in der vagen Hoffnung, dass der Kunde ihnen ein angemessenes Honorar vorschlägt. So vergeben sie zum einen die Chance, sich als Profi zu präsentieren, zum anderen bringen sie sich in die Lage am Ende akzeptieren zu müssen, was der andere bietet.

Dienstag, 20. Oktober 2020, 9.30-17.30 Uhr.

GründerRegio M, Projekt GUIDE, Westendstraße 123, 80339 München.

Anmeldung unter [anmeldung@guide-muenchen.de](mailto:anmeldung@guide-muenchen.de) oder Tel. 089 / 22 84 15 84

Weitere Infos: Isabel Nitzsche, Tel. 0171/195 30 30, [nitzsche@printtv.de](mailto:nitzsche@printtv.de), [www.printtv.de](http://www.printtv.de)

Neben der persönlichen Begegnung in Coaching, Seminar und Workshop besteht nach wie vor die Möglichkeit, online via Skype oder Zoom oder telefonisch zusammenzuarbeiten.

### **Eine Bitte in eigener Sache**

Wenn Sie sich für unseren Newsletter mit Ihrer beruflichen Mailadresse angemeldet haben und die Arbeitsstelle wechseln, verlieren Sie den Kontakt zu uns und unseren Anregungen.

Deshalb schreiben Sie uns bitte und teilen uns die neue Adresse mit. Wir tragen diese dann in den Verteiler ein.

Denn wir würden gerne mit Ihnen in Verbindung bleiben.

### **Impressum**

Dieser Newsletter ist ein kostenfreier Service von [www.businesscoaching-netz.de](http://www.businesscoaching-netz.de), einem Zusammenschluss professioneller Coachs, die u.a. an ihren jeweiligen Standorten spezielle Coachings für Frauen anbieten.

Redaktion:

Ursula Kraemer M.A., [www.navigo-coaching.de](http://www.navigo-coaching.de)

Christine Scharlau, [www.christine-scharlau.de](http://www.christine-scharlau.de)

verantwortlich im Sinne des Presserechts

(c) Ursula Kraemer M.A.

Schienerbergweg 11

88048 Friedrichshafen

zu erreichen unter [uk@navigo-coaching.de](mailto:uk@navigo-coaching.de)

Den Newsletter abstellen oder Ihre Adresse ummelden können Sie auf der Startseite von [www.businesscoaching-netz.de](http://www.businesscoaching-netz.de) Alle Rechte vorbehalten. Jede Art des Abdrucks oder der Veröffentlichung nur mit ausdrücklicher Genehmigung.