



Schreib mir & wir sprechen
unverbindlich, wie Dir ein
“Pferdegestütztes Coaching”
helfen kann.

Heike Bestenlehner

Pferdegestütztes Coaching & Yoga

heike@sumar-coaching.de

+49 178 26 23 8 24



»IN UMBRUCH- PHASEN RUHE & VERTRAUEN SPÜREN«

- Du bist neu in Deiner Rolle als Führungskraft und möchtest **authentisch führen** sowie **gelassen** mit **Herausforderungen** umgehen.
- Gerade **verändert** sich etwas **Grundlegendes in Deinem Leben** und du weißt nicht, wo oben und unten ist, weil deine **Gedanken nicht stillstehen**.

Wenn Du Dir **Unterstützung, Orientierung & Vertrauen** in Deiner Situation wünschst, bist Du hier genau richtig.

Im systemischen Coaching betrachten wir **Dich in Deinem Umfeld** ganzheitlich und im Context von Mustern, Beziehungen & weiteren Dynamiken. Du findest für Dich **neuen** und **selbstwirksamen Handlungsspielraum**.

COACHING MIT PFERDEN



Systemisch,
erlebnisorientiert,
individuell,
in der Natur.

DIE PFERDEGESTÜTZTE COACHING-SESSION

- Dauert inkl. Vorgespräch ca. 1,5h
- Findet in der freien Natur statt
- Du brauchst keinerlei Pferde- oder andere Erfahrung



Pferde nehmen uns **nonverbal** und auf feinsten Ebenen wahr. Sie **spiegeln unser Innerstes** und **spüren, ob unsere Haltung** sowie **Präsenz "echt" ist.**

Als Co-Trainer agieren die Pferde innerhalb des systemischen Coachings freiheitlich.

In einem **geschützten Setting** erhältst Du den Raum, um **selbstwirksam und authentisch neue Wege zu gehen.**

FÜR WEN IST DAS COACHING NOCH GEEIGNET?

Eine neue Lebensphase kündigt sich an oder ist bereits da. Du bist noch nicht ganz angekommen und die Veränderung macht Dir Angst.

Du stehst vor einer Entscheidung mit größeren Konsequenzen, kommst jedoch mit "hirnen" nicht weiter & drehst Dich im Kreis.

Bestimmte Themen verfolgen Dich immer wieder und Du merkst, dass Dich immer gleiches Denken und Handeln nicht weiterbringt.

NEUE PERSPEKTIVEN SEHEN

Am Islandpferdehof "Paradisland" an den Osterseen (nur 40 km von München entfernt) und in **wunderschöner Natur** fällt es Dir leichter bei **Dir anzukommen, Kraft zu tanken** und **einen neuen Weg zu erkennen.**

