



IKK- Seminar am 3. und 4. Mai 2018

im Naturparkhotel „Adler“, 77709 Wolfach-St.Roman

„ Führung - mit Menschen Ziele erreichen “

Die tägliche Terminhetze, der gestiegene Kostendruck, eine angespannte Personalsituation oder die zunehmend kritischeren Kunden - eine Führungskraft ist in vielen verschiedenen Bereichen gefordert.

Das Werben von Kunden, die Auftragsbeschaffung und das Führen der Mitarbeiter fordert höchsten Einsatz. Die Unternehmensziele und die Mitarbeiterinteressen unter einen Hut zu bringen ist die Herausforderung der Zukunft.

Wer seine Mitarbeiter zu unternehmerischem Denken und selbständigem Arbeiten führt, ist für die Zukunft gewappnet.

Andreas Rieker informiert über die einzelnen Aspekte:

Alles hängt an mir? Wollen - Können - Wirken - Dürfen? Keiner versteht mich?

„After-Work-Fitness“ mit Gaby May - Theorie und Praxis

Einseitige Belastungen im Arbeitsalltag führen zu Verspannungen und Fehlhaltungen, häufig in Verbindung mit Schmerzen. Das Seminar bietet die ideale Ausgleichsgymnastik. Die praktischen Übungen haben einen hohen Aufforderungscharakter und machen zudem Spaß. Die Inhalte sind Ausdauer-, Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen mit und ohne Geräte, inklusive der Entspannung.

Außerdem können folgende Messungen durchgeführt werden:

Griffstärke, Körperfett (Lenkrad oder Körperfettwaage), Lungenvolumen und Blutdruck .

Hinweis: Für die moderaten Sporteinheiten bitte Sportschuhe für drinnen und draußen, sowie Sportbekleidung und Handtuch mitbringen. Badekleidung nicht vergessen.

Anmeldung bitte mit separatem Anmeldeformular.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, die Reservierung erfolgt nach Anmeldung und Überweisung des Unkostenbetrages.

Die Anreise erfolgt individuell, bzw. in Fahrgemeinschaften nach Absprache.
Eine Vor-Verlängerungsnacht vom 2. auf 3. Mai 2018 ist gegen Aufpreis möglich.

Wir freuen uns auf viele Teilnehmerinnen.

Herzliche Grüße

Regine Friedrich
ufh Ludwigsburg

Margret Mahr
ufh Stuttgart



Arbeitskreise Ludwigsburg und Stuttgart

Verbindliche Anmeldung zum IKK Seminar bitte bis **22.03.2018** an:

mahr@ufh-stuttgart.de oder

per Fax unter 07153-9287015 bei Margret Mahr

Überweisung des Gesamtbetrages bitte auf das Konto bei der Volksbank Stuttgart:

IBAN: DE09600901000223508004

BIC: VOBADESSXXX

Kosten pro Teilnehmer inkl. Seminargebühren/ Bitte ankreuzen :

Mitglieder: () DZ 165,00 € () EZ 195,00 €

Gäste: () DZ 200,00 € () EZ 225,00 €

Bei Doppelzimmer bitte Wunschpartner angeben:.....

Leistungen: Begrüßung mit Kaffee/Brezeln/Suppe/Obst, Abendessen mit 3 Gang Wahlmenü, Übernachtung im DZ/EZ inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet, Mittagessen (3 leichte Gerichte zur Wahl), kalte Getränke in den Tagungsräumen. Die Bezahlung der Getränke beim Abendessen und Mittagessen erfolgt individuell.

Verlängerungsnacht 2. / 3. Mai 2018 inkl. Frühstücksbuffet:

() DZ 99,00 € () EZ 109,00 €

.....(Mitglied)

Name, Vorname Ort

.....(Gast)

Name , Vorname Ort

() Ich fahre selbst () und habePlätze frei

() Ich benötige eine Mitfahrgelegenheit

Die Anreise erfolgt auf eigenes Risiko.

.....
Ort, Datum Unterschrift