



Leistung stärken, Kosten senken

Das Mental- und Regenerationstraining
für Ihre Mitarbeiter/innen

potenzial-mensch





DAS ZIEL

Gesunde Mitarbeiter/innen – Ihr größtes Potenzial!

**Stärken Sie Ihre Mitarbeiter für die
Gesunderhaltung und Beständigkeit
Ihres Unternehmens.**

Depressionen, Herz-Kreislaufbeschwerden,
Burn-Out, Mobbing – normale Begleit-
erscheinungen unserer immer schneller
werdenden Zeit?

Fakt ist: die steigenden Anforderungen und
das immer höhere Arbeitsaufkommen, evtl.
gekoppelt mit der Sorge um den Arbeitsplatz
verursachen bei vielen Menschen Stress.

Dass sich dieser auf Dauer sowohl physisch
als auch psychisch bemerkbar macht, scheint
unausweichlich.

Und plötzlich kränkelt auch Ihr Unternehmen:
an Leistungsverlusten, vermehrten Ausfallzei-
ten und nicht zuletzt an den kaum überschaub-
baren Kosten. Deshalb ist es wichtig, Ihr
Unternehmen dort zu pflegen und zu stärken,
wo es am sensibelsten ist: bei Ihren Mitarbei-
tern/innen. Sie sichern die kapitale Gesund-
heit Ihres Unternehmens.

**pro² ist ein interdisziplinäres und bereits
mehrfach erfolgreich erprobtes Mitarbei-
ter-Trainingsprogramm das in wenigen
Schritten Werkzeuge vermittelt, um
die modernen Arbeits-Anforderungen
gesund, effizient und teamfähig zu
meistern.** Versagensängste, Blockaden und
Leistungsabfälle werden umgewandelt in
ein gestärktes und eigenverantwortliches
Gesundheits- und Leistungsbewusstsein.

Oder anders formuliert: Wir zeigen Ihren
Mitarbeitern/innen, wie Sie das Feuer in sich
jederzeit selbst entfachen können, damit
Burn-out keine Chance hat.

Und das mit messbarem Erfolg!





DAS TRAINING

Modularer Aufbau – flexibel integriert

Das Mental- und Regenerationstraining im Überblick

Mit pro² demonstrieren Sie auf innovative Weise Ihre Anerkennung und Wertschätzung für die Leistung Ihrer Mitarbeiter und setzen ein klares Zeichen für Ihre Unternehmenskultur. Auf diese Weise **fördern Sie Ihre Mitarbeiter nicht nur körperlich und psychisch, sondern steigern auch deren Motivation und Unternehmens-Identifikation.**

Einführung

1 Std.

pro²: Das Mental- und Regenerationstraining für Ihre Mitarbeiter/innen

Basis-modul

3 Tage

Mental-Kompetenz-Training

Das Training ist aufteilbar in 2-Stunden-Module plus bis zu 4 Einzel-Coachings

Zusatz-modul 1

HRV-Messungen

Herzfrequenz-Variabilitäts-Messungen zur persönlichen Dokumentation begleitend zum Mental-Kompetenz-Training und/oder begleitend zum Regenerations-Kompetenz-Training

Zusatz-modul 2

Regenerations-Kompetenz-Training

Erstellung eines Bewegungsplans und Trainingsbegleitung

2

DER COACH

Nah am Menschen – nah am Unternehmen

Dipl. Ing. Rainer Hatz

Referent und Leiter des Coachings

Im Rahmen der EQ (Emotionale Intelligenz) Seminare bietet Rainer Hatz mit pro² ein spezielles Trainingsprogramm für eigenverantwortlich und weiter denkende Mitarbeiter/innen an.

Ausbildungen:

Dipl.-Ing. Elektrotechnik
Coaching und Stressablösung

Themenschwerpunkte:

Persönlichkeitsentwicklung
Soft-Skills
Menschenkenntnis
Coaching
Stressablösung
Mentaltraining



DER ERFOLG

Vielfach getestet – mehrfach gestärkt.

Diese und viele weitere Unternehmen
haben die Methoden von Rainer Hatz
bereits erfolgreich integriert:

Business | Referenzen

DaimlerChrysler, Gaggenau/Rastatt
Trainer und Coach

Robert Bosch GmbH, Bühl
Offene Seminare

Polizeipräsidium Karlsruhe
Seminare

Dozent | Referenzen

Duale Hochschule Baden Württemberg
Dozent

Südbadische Sportschule Steinbach
freier Referent

Sport | Referenzen

Karate Nationalmannschaft
Coaching der Trainer und Sportler

Verena Jooß, Bronze WM 2010
und Deutsche Meisterin, Bahnrad
Mentaltraining



Rolf Schilli

Co-Bundestrainer
der deutschen
Skispringer

Schulung:
"Train the Trainer"



Christian Lusch

„Ohne Mental-Training hätte ich weder
Silber noch den Weltrekord erreicht.“

Silbermedaille Olympische Spiele 2004,
Weltrekord in Bangkok und
mehrfacher deutscher Meister
KK-Liegend

DER KONTAKT

Persönlich vor Ort – individuell für Ihr Unternehmen

Um den größtmöglichen Erfolg zu erzielen, ist es wichtig, das Trainingsprogramm Ihren Anforderungen und Gegebenheiten individuell anzupassen. Im persönlichen Gespräch erläutern wir Ihnen gerne ganz detailliert die Chancen und Möglichkeiten von pro² für die Gesunderhaltung und den Erfolg Ihres Unternehmens.



Ein Produkt von EQ-Training

EQ-Training

Dipl. Ing. Rainer Hatz

Hebelstr. 5
77815 Bühl / Baden

Tel.: (07223) 94 46 76

Fax: (07223) 94 46 77

info@potenzial-mensch.de