

## Das Selbstcoaching wird in zwei Varianten angeboten:



„Golf spielt sich zwischen den Ohren ab“

## Selbstcoaching mit Golf

### Selbstcoaching „Exklusiv“

Zwei Workshoptage für 1-2 Personen, innerhalb von 3 aufeinander folgenden Tagen (mit einem freien Brückentag zum Üben) oder getrennte Einzeltermine.

Honorar: € 3600,- inkl. Greenfee, zzgl. MwSt. und eigene Spesen.

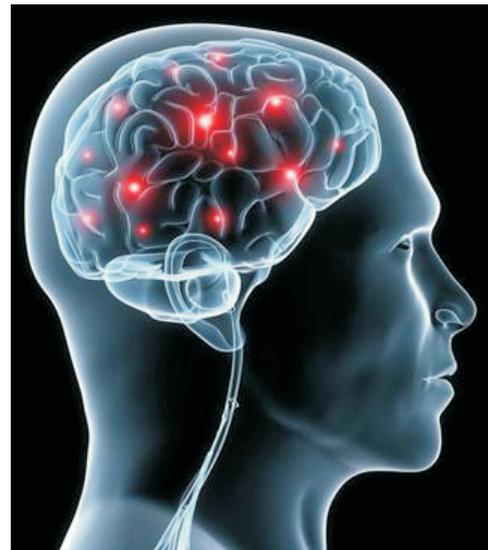
Termin und Ort (GC in D-A-CH-Region) sind frei vereinbar .

### Selbstcoaching „Gruppe“

Dreitägiger Workshop für 3 - 5 Personen in Krefeld (z.B. GC Elfrather Mühle),

Honorar/Person: € 1200,- inkl. Greenfee, zzgl. MwSt. und eigene Spesen.

Termine auf Anfrage.



**FIRST: BEST**  
PERSONALBERATUNG

Karl-Heinz Stumpf  
D-47443 Moers

Coach@FirstBest.eu

+49 2841 537196

Executive Coaching | Kurzzeit Coaching  
Golfen-ohne-Angst

Lernen für den Beruf!



...damit Sie

- sich persönlich weiterentwickeln
- effizienter, leichter arbeiten
- sich als GolfspielerIn weiterentwickeln
- Ihr Handicap verbessern



## Warum „mit Golf“?

Golf ist ein hervorragendes, komplexes Erfahrungsfeld – Golf ist wie das Leben. Lernerfahrungen beim Golfen können in den (Berufs-)Alltag übertragen werden, unabhängig vom Stand Ihrer aktuellen Golfkenntnisse.

Lernen für das Berufsleben ist das Hauptziel des Selbstcoachings mit Golf. Es handelt sich also um eine berufliche Weiterbildungsmaßnahme.

## Unsere innere Stimme

Wer kennt Sie nicht, die negativen Gedanken, die uns im Alltag und beim Golfen („Das Wasser zieht meinen Ball bestimmt wieder an!“ „Nach einem Birdie kommt immer ein miserables Loch!“ „Hoffentlich schlage ich hier nicht wieder ins Aus!“...) tyrannisieren und unser Unterbewusstsein manipulieren?

Unser Unterbewusstsein hört und macht das, was wir ihm sagen oder visualisieren. Es führt unsere „Befehle“ aus.

Deshalb:

**Übernehmen Sie das Steuer!** Sprechen Sie Klartext mit Ihrem Unterbewusstsein – machen Sie, was **Sie** wollen!

## Das „Inner Game“

beim Golfen und im Berufsleben, wurde in den letzten 20 Jahren von Tim Gallwey umfassend beschrieben. Er gilt als einer der Begründer des modernen Coachings. Der Lern- und Coaching-Ansatz „Inner Game“ ist die methodische Basis unserer Coachings für GolferInnen, die Führungskräfte, UnternehmerInnen oder ÄrztInnen sind. „Inner Game“ befähigt Menschen in besonderem Maße, aus eigenen Erfahrungen zu lernen und daraus konkrete Hilfen für den beruflichen Alltag und ihren Sport zu gewinnen.

## Wie können Sie selbst das Steuer übernehmen?

Das lernen Sie bei unseren Einzel- und Gruppen-Coachings - beim Golfen und im Workshop. Für die Teilnahme ist es unerheblich, ob und wie viel Erfahrung Sie mit Coachings und Golf haben.

Das Ausbildungskonzept ermöglicht, dass jeder von dort, wo er jetzt steht, startet und dabei die Erfahrungen macht, die für ihn wichtig sind.

## Ihr Coach

Karl-Heinz Stumpf ist seit über 20 Jahren selbst begeisterter Golfer und selbständiger Berater.

Als Executive Coach unterstützt er vor allem Führungskräfte in Einzel-Coachings dabei, selbst zu erkennen, wie sie leichter und effizienter arbeiten und führen können. Abteilungs- und Projekt-Teams hilft er, sich so zu entwickeln, dass sie konfliktfreier und konstruktiver zusammenarbeiten.

Als Mitglied der Akademie für neurowissenschaftliche Bildung beschäftigt er sich zudem damit, wie man die Erkenntnisse der Gehirnforschung für eine erfolgreichere Aus- und Weiterbildung in Unternehmen und beim Golfen nutzen kann.

*„Wir sind, was wir denken.“*

*Mit unseren Gedanken erschaffen wir die Welt.“*

(Buddha)

