



ONLINE-SEMINARE und ONLINE-COACHING

SO FUNKTIONIERT'S:

Online-Seminar: kurz erklärt

Ein Online-Seminar ist ein interaktives Seminarformat, an dem du zu einem festgelegten Zeitpunkt über das Internet teilnimmst.

Du loggst dich am Seminartag an einem Ort deiner Wahl in meinem virtuellen Seminarraum ein. Hierzu öffnest du einen Link, der dir im Vorfeld per E-Mail zugesendet wurde.

Du benötigst nur einen internetfähigen Laptop oder PC, aktuellen Browser, Kamera, Lautsprecher und Mikrofon (meist alles bereits eingebaut).

Trainer (also ich) und Seminarteilnehmer (also du und die anderen) können sich auf dem Bildschirm live sehen und austauschen, so als säßen wir wie in einem Seminarraum zusammen.

Vorteile von Online-Seminaren

Die Teilnehmer erleben das Seminar live, ich bin persönlich für euch da und beantworte eure Fragen während des Online-Seminars.

Das Erarbeiten und der Austausch von Themen findet in der Gruppe oder im Einzel-Coaching über's Mikrofon, Chat, Whiteboard oder auch in virtuellen Gruppenräumen statt.

Die Teilnahme ist nicht ortsgebunden und auch von Zuhause aus möglich. So sparst du Zeit und den Anfahrtsweg.

Die Seminare dauern in der Regel ein bis zwei Stunden und lassen sich so optimal in deinen Alltag integrieren.

Ich bin für dich da

Als Expertin in den Bereichen Stressbewältigung, Resilienz und Entspannung liegt mir viel daran, dass du von den Seminarinhalten nachhaltig profitierst. Die Verknüpfung mit eigenen Erfahrungen und Umsetzbarkeit in deinem (Arbeits-)Alltag ist das oberste Ziel.

Meine Seminare und Coachings leben vom Austausch, einem guten Mix aus Theorie und Praxis und absoluter Wertschätzung. Massenabfertigung wirst du bei mir nicht finden: maximale Gruppengröße: 12

Auch zwischen den Terminen stehe ich dir per Email für Fragen zur Verfügung.

Individuelle Inhalte und Umfänge sind auch möglich ab einer Gruppengröße von 6 Personen.

Anmeldung für Online-Seminare

Kontakt: Annette Friedrich

T: 01577-3996436

Mail: info@intakt-gesundheit.de

Info: www.intakt-coaching-hamburg.de

