



Wir arbeiten im Innen und Außen, mit Verstand, Körper, Herz und Intuition. Es gibt nicht die eine Methode - richtig ist, was zu Ihnen passt und Sie in diesem Moment weiter bringt.



Kristina Knopp ist Psychologin M.Sc., langjährige internationale Führungskraft in Mittelstand und Konzern sowie zertifizierter Coach und Trainer. Sie hat umfangreiche Erfahrung im Business Coaching und mit dem Büdenhof den idealen Ort gefunden, ihr ganzheitliches Konzept in einmaliger Umgebung umzusetzen.

Sie finden uns im schönen Oberfranken, nahe der lebendigen UNESCO Weltkulturerbestadt Bamberg, ca. 1 Stunde vom Flughafen Nürnberg. Wir sind innerhalb von 3 Stunden per ICE oder PKW aus den Ballungsräumen München, Stuttgart, Frankfurt am Main, Leipzig-Halle und Berlin erreichbar.



Kontakt

Büdenhof 1
96274 Itzgrund
+49 159 0300 5765
info@arcum.org
www.arcum.org/#location



Auszeit für Führungskräfte



UNSER ANSATZ

Sie stehen vor einer komplexen Entscheidung, möchten Führungsthemen grundlegend angehen, Ihre Karriere neu ausrichten oder einfach mal raus aus dem Hamsterrad?

Sie haben Ihre Situation rauf und runter analysiert, mit etlichen Personen gesprochen, aber haben immer noch keine Klarheit?

So geht es vielen Menschen, denn irgendwann kommen wir auf der reinen Verstandesebene nicht mehr weiter. Was sagt Ihr Herz, Ihr Bauchgefühl, Ihre Intuition? Wie passt die Entscheidung zu Ihren Werten und dem, was Ihnen im Leben wirklich wichtig ist? Was ist das überhaupt? Wie geht es Ihnen gerade wirklich? Und vor allem: Wie kommen Sie weiter?



In den Auszeittagen betrachten wir Ihr Thema ganzheitlich – in Ihrem Tempo. Intensives Coaching, Körperübungen, Entspannung und Bewegung helfen Ihnen, verschiedene Perspektiven einzunehmen, innere Klarheit zu gewinnen und endlich wieder ins Handeln zu kommen. Unterstützt wird ihr Prozess vom wundervollen Ambiente des Büdenhofs.

RAUM ZUM DENKEN.
RAUM ZUM FÜHLEN.
RAUM ZUM SEIN.



PAKETE

Wählen Sie zwischen ein- bis dreitägigen Programmen unterschiedlicher Intensität. Gerne können Sie Ihren Aufenthalt auch ohne Coaching in unserem gemütlichen Fischerhaus verlängern und auf dem Büdenhof einfach mal die Seele baumeln lassen. Nehmen Sie sich Zeit – Sie sind es wert.

AUSZEITTAG

Exklusive Nutzung des Workshop-Spaces, Vor- und Nachgespräch (je 30 Minuten), 3 Coaching-Sessions (je 90 Minuten), Körperübungen, Transferunterstützung, leichtes Mittagessen, Getränke & Snacks, 1.499 EUR*

AUSZEIT LIGHT

Wie Auszeittag, jedoch entspannt auf 2 Tage verteilt, zusätzliche Übungen & Reflexionsaufgaben, 1 Übernachtung im Fischerhaus, 1.799 EUR*

AUSZEIT INTENSIV

2 zusätzliche Coaching-Einheiten (je 60 Minuten), 60 Minuten Personal Trainer, Physiotherapie oder Massage, 2-3 Übernachtungen, ab 2.299 EUR*

• alle Preise zzgl. MwSt