

ONLINE COACHING

- [KLICKE HIER FÜR WEITERE INFORMATIONEN](#)

Wo findet das Online Coaching statt?

Das Online Coaching findet online über Zoom oder vor Ort in Hamburg statt.

Welche Paketoptionen gibt es?

Du kannst zwischen einem 5er, 10er und 20er Paket wählen.

Wie viel kosten die jeweiligen Pakete?

Das 5er Paket kostet 1490€ zzgl. MwSt.. Bei dem 10er Paket erhältst Du eine zusätzliche, kostenlose Bonuseinheit im Wert von 298€. Preislich liegt das 10er Paket bei 2980€ zzgl. MwSt.. Das 20er Paket kostet 5960€ zzgl. MwSt. und Du erhältst zwei weitere kostenlose Bonuseinheiten im Wert von 596€.

Wie lange dauert eine Einheit?

Eine Einheit umfasst 120 Minuten. Dies beinhaltet einen 60-minütigen gemeinsamen Zoom Call, sowie jeweils 30 Minuten Vor- und Nachbereitung durch den Referenten. Im Anschluss an die einzelnen Einheiten erhältst Du eine digitale Zusammenfassung, sowie weitere Aufgaben zur Nachbereitung des Coachings.

In welchen Abständen finden die jeweiligen Termine statt?

Die Abstände zwischen den einzelnen Terminen kannst Du frei bestimmen. Die meisten Kunden wählen einen einwöchentlichen beziehungsweise zweiwöchentlichen Rhythmus. Die Zeit zwischen den Terminen nutzt Du, um Deine individuellen Aufgaben zu erarbeiten und in der Trainingspraxis anzuwenden.

Was erwartest Dich? - Ein Beispiel

Du bist Personal Trainer, hast ein eigenes Studio und leitest ein Team von fünf Personen. Du möchtest „frischen Wind“ in dein Unternehmen bringen und entscheidest dich dazu, das Online Coaching für Neuroathletiktraining zu buchen. Vielleicht hast du sogar schon ein Seminar zu dem Thema besucht, konntest bisher das Gelernte aber noch nicht in der Praxis anwenden.

Im ersten Schritt analysieren wir **deinen** aktuellen Wissensstand sowie den Ist-Zustand deines **Unternehmens**: Wo steht das Unternehmen - Status Quo? Was für Dienstleistungen werden angeboten? Im zweiten Schritt legen wir gemeinsam Ziele fest: Was soll mithilfe des Online Coachings erreicht werden? Welche Themenbereiche könnten für Dich und dein Unternehmen relevant sein? Welche Maßnahmen müssen ergriffen werden, um dein Unternehmen auf ein neues Level zu bringen? Kurz gefasst: Wir ermitteln den Status Quo, holen Dich auf deinem Wissenstand ab, überarbeiten ggf. aktuelle Dienstleistungen und begeben uns anschließend an die Weiterentwicklung deines Unternehmens durch neue Themenbereiche, wie z.B der Neuroathletik. In den folgenden Stunden werden wir Schritt-für-Schritt die einzelnen Inhaltsbereiche des Neuroathletiktrainings bearbeiten. Nach jeder Einheit erhältst Du eine digitale Zusammenfassung der Stunde und begleitende Aufgaben für ein besseres Verständnis und die praktische Umsetzung. Da Du nachhaltig lernen möchtest, hast Du dich für ein 10er Paket im 2-Wochen-Rhythmus entschieden. Folglich findet das Online Coaching über 6 Monate statt. Die Zeit zwischen den Coaching-Einheiten nutzt Du um das Gelernte nachzuarbeiten und in der Praxis anzuwenden.