## Das Flow-Prinzip: Mit Energie zur Höchstleistung

**ZfU International Business School** 



04.06.2024 bis 05.06.2024 in Thalwil 11.03.2025 bis 12.03.2025 in Rüschlikon 02.09.2025 bis 03.09.2025 in Rüschlikon Wirkliche Spitzenleistungen entstehen im FLOW, dem Zustand höchster Leistungsfähigkeit. Spitzensportler, Shaolin-Mönche und Topmanager nutzen das Prinzip der Leichtigkeit und erzielen damit erstaunliche Resultate.

Die Wissenschaft beweist: Menschen im FLOW verfügen über ein Höchstmass an Energie, erreichen ihre Ziele mit spielerischer Leichtigkeit und bleiben auch in Drucksituationen souverän und leistungsfähig.

CHF 2'980.00

Mehr Informationen und Anmeldung

# Zusätzliche Infos zur Veranstaltung

## Zertifikat/Bestätigung

Teilnahmebestätigung

#### Referenten



**Lutz Urban** 

#### Veranstalter

**ZfU International Business School** 

#### Telefon bei Fragen

044 586 86 37

## **Beschreibung**

## Themenschwerpunkte

- FLOW: Maximale Energie erleben. Trotz Belastung und Stress im höchsten Energielevel bleiben
- FLOW: Mehr Leichtigkeit erfahren. Ziele gelassen erreichen und das Gefühl von Überanstrengung vermeiden
- FLOW: Erfolg ohne Umweg. Innere und äussere Widerstände überwinden und eine natürliche Souveränität erlangen
- FLOW: Potenzial in Aktion. Die mentalen Ressourcen jederzeit abrufen und gekonnt einsetzen

## Nutzen

- Sie spüren mehr Leichtigkeit im Alltag und verfügen über wesentlich mehr Energie.
- Sie erzielen gewünschte Veränderungen ab sofort ohne lange Vorbereitung.
- Sie erreichen Höchstleistungen ohne das Gefühl von Anstrengung.
- Sie überwinden innere und äussere Grenzen mit spielerischer Leichtigkeit.
- Sie führen sich selbst und andere souveräner und leichter zum Erfolg.

## Teilnehmer

Führungs- und Fachkräfte und alle, die ihre individuellen Energiequellen und Ressourcen beruflich wie auch privat dauerhaft zum Einsatz bringen wollen, um die gesetzten Ziele mit bedeutend weniger Aufwand zu erreichen.

## **Arbeitsmethode**

Durch vielfältige Übungen und individuellem Coaching verinnerlichen Sie den FLOW-Zustand und lernen, diesen auf Ihre konkrete berufliche und private Situation zu übertragen. Zur Vertiefung und Stabilisierung der FLOW-Prozesse erhalten Sie exklusiv das Audio-Mentalprogramm "flowzeit" von Lutz Urban in CD-Format.

## Seminarzeiten

- 1. Tag: 09:00 18:00 Uhr
- 2. Tag: 09:00 16:30 Uhr