

A photograph of a sailboat on the water. A person is standing on the deck, pointing towards the horizon. The sun is high in the sky, creating a bright glare. The water is blue and reflects the sunlight. The text "Noch auf Kurs?" is overlaid on the right side of the image.

Noch auf Kurs?

**Wo geht es hin, wenn es so weiter geht? Die Zeit verfliegt! Wo ist der Sinn?
Hohe Belastung! Überlastung? Schaffe ich das alles? Geht's in den Burnout?
Was ist mir eigentlich wichtig? Spüre ich mich selbst noch? Wie lange noch?**

- **Die Leinen des Alltags lösen**
- **Sonne, Wind und Wellen wirken lassen**
- **Zur Ruhe, zu sich selbst zurückkommen**
- **Eigene Wünsche, Potenziale und Handlungsspielräume (wieder) entdecken**
- **Richtung, Prioritäten und weitere Schritte ergründen**
- **Das Ruder in der Hand halten**

**Nähere Informationen:
www.resilience.de**



***Eine Woche Segeltörn in Griechenland mit
professionellem Coaching, Entspannungs-,
Achtsamkeits-, Bewusstseins-,
Rebalancing und Gesundheitsberatung***



Norbert Fischer

**Business Coach, Resilienz-Trainer,
RYA-Yachtmaster, DSV-Segellehrer**



Rolf Lieske

**Heilpraktiker, Rebalancer, Ernährungs-
und Bewegungsberater, ARUN Meditation**