



ONEDAY High Performance Crew

DIE SEGEL ERFOLGREICH FÜR DIE ZUKUNFT TRIMMEN!

Ein Tag zusammen auf einem Segelschiff kann einem Team Kraft, Zuversicht und Klarheit sowie ganz konkrete Verhaltensregeln für die Herausforderungen im Business geben. Denn sowohl im Büro wie auch auf dem Schiff gilt: Wer mit den gegebenen Umständen, sportlicher Einstellung und guter Kommunikation den Wind am besten nutzt - der fährt mit viel Freude vorne mit.

NUTZEN

- **Teamwork & Kommunikation:** Ein praxistaugliches Modell lernen und üben.
- **Modell Segelschiff:** Wie fährt man **schneller als der Wind**? Wie wächst man schneller als der Markt? Die Mechanik vom Beschleunigen verstehen.
- **Mental Toughness: Sportpsychologie** für Sturm, Flaute & Business
- **Vom Jammern zum Anpacken:** Wie man **externe Änderungen als Chance** wahrnehmen kann und pro-aktiv das Beste daraus macht.
- **Dynamische Zielsetzung:** Wie gelingt eine **motivierende Zielsetzung**, wenn sich die Rahmenbedingungen schnell ändern und die Planung unsicher ist?

LEISTUNGEN

Bei einem **persönlichen Vorgespräch** werden die Ziele, Herausforderungen und Wünsche des Teams besprochen. Gut vorbereitet verbringen wir den Segel-Tag auf einem **modernen Schiff mit Profi Skipper** auf und am Thunersee. Die Analyse durch einen **erfahrenen Business-Coach** hilft beim Finden von Lösungen und einem sportlichen Mindset. Eine sportpsychologische **Zielsetzung & Reminder** unterstützen den Transfer in den Alltag.

KONTAKT

Thomas Theurillat, Geschäftsführer, Coach und Psychologe lic. phil. hum.
+41 79 667 57 46 / thomas.theurillat@oneday.ch / oneday.ch

www.oneday.ch

