



FKU-Workshop

Ausgeschlafen zum Erfolg - warum Ihnen Schlaf einen Wettbewerbsvorteil verschafft

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir laden Sie sehr herzlich ein zum Workshop

Ausgeschlafen zum Erfolg - warum Ihnen Schlaf einen Wettbewerbsvorteil verschafft
12. Juni 2019, 18:00 - 20:00 Uhr,
Kiez Büro, Wrangelstraße 22, 10997 Berlin

Woran denken Sie, wenn vom Schlaf die Rede ist?

Vielleicht geht Ihnen ein „Hätte ich gern mehr davon!“ durch den Kopf? Dann kennen Sie womöglich die Konzentrationsschwäche, den Kopfschmerz und die Reizbarkeit nach schlaflosen Nächten. Gerade wenn der unternehmerische Alltag besonders herausfordernd ist und es gilt ausgeschlafen die richtigen Entscheidungen zu treffen, mit Mitarbeitern und Kunden überzeugend zu kommunizieren, kurz: wach und geistesgegenwärtig zu sein, trifft einen Schlaflosigkeit besonders hart und führt zu vermeidbaren Fehlern.

Mit den richtigen Tipps schlagen Sie der stressbedingten Schlaflosigkeit in aufreibenden Zeiten ein Schnippchen. Der Workshop mit Klaus Kampmann, Kampmann Coaching vermittelt Ihnen das nötige Know how für erholsame Nächte. Dabei lernen Sie, disruptive Schlafmuster in Erfolgsschlaf zu verwandeln und so Ihren unternehmerischen Alltag ausgeruht zu bewältigen.

Klaus Kampmann, Kampmann Coaching ist seit 2006 Berater für positive persönliche Veränderung. Der Experte für gesunden Schlaf ist unter anderem Autor des Buches "EinschlafTipps, die auch in einer 24/7 Welt wirken" und bietet das Webinar leadsleep.com an.

Bitte melden Sie sich bis zum 11. Juni 2019 für diesen Workshop an.

Für FKU- und Kiez Büro-Mitglieder ist die Teilnahme kostenfrei, Interessenten zahlen einen Beitrag von 20,00 € zzgl. gesetzl. Mehrwertsteuer.

Mit freundlichen Grüßen

Cedrik Lutz
Leiter der Geschäftsstelle

Zdenka Hruby
Leiterin Kommunikation und Marketing



FKU-Workshop

Ausgeschlafen zum Erfolg - warum Ihnen Schlaf einen Wettbewerbsvorteil verschafft

Programm:

Teil A

- Was Sie über Schlaf wissen sollten.
- Wenn Sie diese 3 Fehler vermeiden, klappt es auch mit dem Schlaf.
- Wie Schlaf und Leistung zusammenhängen & wie Sie daraus Ihren Wettbewerbsvorteil gewinnen.

Teil B

- Wie die Ihre optimale Schlafdauer ermitteln und erreichen.
- Einschlafübungen: richtig abschalten, gelassen schlafen.
- "In der Kürze liegt die Würze": Was Kurzschlaf bringt.

Der Referent:

Klaus Kampmann *1962, ist seit 2006 Inhaber von Kampmann Coaching.

Als Experte für positive persönliche Veränderung unterstützt er Unternehmen dabei, wirtschaftlicher zu wirtschaften.

Seine Expertise bildet er u.a. auf Basis von Informationen der positiven Psychologie und der aktuellen Gehirnforschung. Hauptthemen sind dabei Führung, Kommunikation, sowie Stress- und Zeitmanagement. Klaus Kampmann ist zertifizierter Mittelstandsberater, sein Credo lautet: Geniale Gelassenheit – jederzeit und überall.

www.kampmann-coaching.de



Anmeldung per E-Mail oder Fax:

Anmeldung per E-Mail an vorstand@fk-unternehmerverein.de oder per Fax an 030 - 42 01 07 06:

o Ich/Wir komme/n gerne und melde/n mich/uns verbindlich an

Vor- und Nachname:

Firma:

Rechnungsanschrift:

E-Mail (für Ihre Buchungsbestätigung):

Unterschrift:

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung über die Seminargebühr.

Die Teilnahme kann bis **48 Stunden vor Veranstaltungsbeginn** kostenfrei storniert werden (schriftlich per Mail an vorstand@fk-unternehmerverein.de), danach fällt der gesamte Betrag an. Die **Mindestteilnehmerzahl** liegt bei vier Personen, bei weniger Anmeldungen findet der Workshop nicht statt.