

INFOBLATT FÜR ARBEITGEBER

Programm „Übernimm die Führung“ · 12 Wochen berufsbegleitende Weiterbildung online

Eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter Ihres Unternehmens möchte am Programm „Übernimm die Führung“ teilnehmen. Dieses Blatt fasst zusammen, was das Programm leistet, was es kostet und warum es sich für Ihr Unternehmen lohnt.

Ein Vortrag oder ein Seminar setzt Impulse. Dieses Programm bringt sie in den Arbeitsalltag – zwölf Wochen lang, Tag für Tag.

Worum es geht

Wer Verantwortung trägt, braucht mehr als Fachwissen. Entscheidend ist, in welchem Zustand jemand handelt: ausgeruht oder erschöpft, klar oder getrieben, präsent oder abwesend. Das Programm vermittelt neues Wissen und Methoden, die wirklich funktionieren, und verankert sie durch tägliche Praxis im Alltag.

Grundlage ist die Hochleistungs-Architektur: Körper, Psyche und Präsenz als Fundament, Klarheit als Richtung, Energie als Ergebnis. Das Ziel ist dauerhaft gesunde Spitzenleistung.

Die Inhalte

Phase	Wochen	Themen
Fundament	1–4	Standortbestimmung · Schlaf und Regeneration · Bewegung, Haltung und Ernährung · Tagesarchitektur und Routinen
Psyche	5–8	Emotionen und Regulation unter Druck · Glaubenssätze, Werte und Selbstwert · Resilienz und Wachstum · Klarheit: Identität, Sinn und Vision
Präsenz	9–12	Verbindung zu sich selbst · Präsenz im Kontakt · Builder und Performer · Integration: Energie-Bilanz und persönlicher Bauplan

Auf Stufe 1 kann eine zweite Stufe folgen („Sei der CEO deines Lebens“, Wochen 13–24): Strategie, Steuerung und Wirkung auf andere.

So läuft es ab

- **Berufsbegleitend:** rund 2 Stunden pro Woche, davon 10 Minuten täglich. Keine Abwesenheit vom Arbeitsplatz, keine Reisekosten.
- **Start jederzeit:** kein fester Termin, die Teilnahme passt sich der Auftragslage an.
- **Jede Woche:** ein Video-Impuls, eine Übung mit Arbeitsblatt und eine kleine tägliche Aufgabe.
- **Live-Termine:** regelmäßiger Austausch mit Mike Anlauf und anderen Teilnehmenden.
- **Messbar:** Energie-Klarheits-Profil in Woche 1 und Woche 12 als Vorher-nachher-Vergleich.

- **Nachhaltig:** Workbook, Impulse nach 30, 60 und 90 Tagen, zwölf Monate Zugang zu allen Inhalten.

Ihr Nutzen

- **Belastbarkeit:** ruhig und handlungsfähig bleiben, wenn der Druck steigt.
- **Energie und Gesundheit:** Regeneration, Bewegung und Routinen, die Leistungsfähigkeit langfristig erhalten.
- **Klarheit:** bessere Prioritäten und Entscheidungen aus Überzeugung statt aus Druck.
- **Wirkung auf andere:** wer sich selbst gut führt, gibt seinem Umfeld Orientierung und Stabilität.
- **Transfer:** gelernt wird nicht neben der Arbeit, sondern in ihr. Was wirkt, bleibt im Alltag.

Varianten und Kosten

Die Inhalte sind in allen Varianten gleich. Der Unterschied liegt in der Begleitung. Alle Preise gelten pro Stufe (12 Wochen).

Variante	Leistung	netto	inkl. MwSt.
Basis	Alle Inhalte, Workbook, Profil, offener Live-Termin einmal im Monat	832 €	990 €
Begleitet	Zusätzlich alle 2 Wochen Live-Termin in kleiner Gruppe (max. 8), persönliches Feedback	1.504 €	1.790 €
Premium	Zusätzlich 4 Einzelcoachings mit Mike Anlauf, direkter Kontakt während der 12 Wochen	2.513 €	2.990 €

Die Rechnung kann direkt an Ihr Unternehmen gehen, auf Wunsch auch in drei Raten. Für mehrere Teilnehmende gibt es Firmenkontingente (10 % ab 3, 15 % ab 6 Personen) sowie geschlossene Firmengruppen. Steuerliche Einzelheiten zur Weiterbildung klären Sie bitte mit Ihrer Steuerberatung.

Über Mike Anlauf

Diplom-Sportwissenschaftler, Heilpraktiker für Psychotherapie, High Performance Coach, Speaker und Seminartrainer. Seit 25 Jahren arbeitet er mit Menschen, die viel leisten. Er hält Vorträge und Seminare für Unternehmen und Hochschulen.

Kontakt: Mike Anlauf · Telefon +49 171 127 59 43 · info@mike-anlauf.de

Alle Details: www.mike-anlauf.de/programm.html · Für Unternehmen:
www.mike-anlauf.de/veranstalter.html