



## BUSINESS MEETS TAICHI: DER WEG ZU INNERER KRAFT, KLARHEIT & GELASSENHEIT Prinzipien & Impulse souveräner (Selbst-)Führung

Tauchen Sie im INTENSIV-Seminarworkshop *Business meets TaiChi* in die besondere Synthese der Jahrtausende alte TaiChi-Weisheit und fundamentale Führungstechniken ein. Erfahren Sie die transformative Kraft des TaiChi für innere Stärke und Klarheit sowie Techniken zur Förderung ganzheitlicher Stabilität und Gleichgewicht. Lernen Sie, mit Körper-Mental-Techniken den Geist zu fokussieren und in Ihrer Kommunikation sowie Entscheidungsfindung klarer zu werden. Erfahren Sie durch einfache TaiChi-Praktiken neue Inspirationen & Impulse, die Sie direkt in Ihre persönliche Führungsarbeit integrieren können, um mehr Gelassenheit in turbulenten Situationen zu kultivieren und noch souveräner - sich selbst und andere - zu führen.



### ■ Themenspektrum:

#### Einführung in die Verbindung des TaiChi & Führung

- Führung auf Wandelwegen: Zwischen Trends, Tradition & Transformation
- Einblicke in universale TaiChi-Prinzipien: Yin & Yang, Konzept von Qi

#### Grundlagen der inneren Kampfkunst TaiChi

- Fokus & Vorstellungskraft: TaiChi Prinzipien als Quelle für Klarheit, mentale Stärke & Offenheit
- Mindset & Embodiment: TaiChi Praktiken zur Körper-Geist-Arbeit
- Kraftquellen & Handlungszentrum: Atmung, Rooting, Zentrierung - TaiChi Praktiken

#### Die Kunst der klaren Kommunikation: **IN VERBINDUNG TRETEN**

- Selbst-/Fremdwahrnehmung: TaiChi-Praktiken zur Förderung von Achtsamkeit & Empathie
- Selbst-Bewusst aufgestellt sein: Körper-, Haltungs- & Standtechniken im TaiChi
- Aus der Mitte agieren: TaiChi-Impulse zu Kommunikationsqualitäten & Nähe/Distanz-Thematiken

#### Führung als Beziehungsform: **IM KONTAKT BLEIBEN**

- Form follows function: Die TaiChi Form als strukturgebende Relevanz für Konstanz/Wechsel
- Führen & Folgen: TaiChi-Praktiken zur Vertiefung von Aufnahmefähigkeit & Rollenklarheit
- Relax: Nothing is under control: TaiChi-Impulse für entspanntes Zusammenarbeiten

#### (Selbst-) Führung als Prozess: **IN BEWEGUNG BLEIBEN**

- Wahrnehmen - Akzeptieren - Loslassen: TaiChi-Impulse für Stabilität & Ausgeglichenheit
- Selbstverantwortung & Selbstvertrauen: Impulse & Techniken zur Resilienzstärkung

#### Transformation der persönlichen Selbst- & Führungsarbeit: **IN MÜHELOSES HANDELN KOMMEN**

- TaiChi als Inspirationsquelle: Reflexion persönlicher Führungswerte
- Die eigene Führungsphilosophie weiterentwickeln: Innere & äußere Haltungsarbeit
- Persönliches Aktionskonzept: Integration von TaiChi-Prinzipien in meinen Führungsalltag

### ■ Zielgruppe:

Der zweitägige INTENSIV-Seminarworkshop richtet sich an Fach- & Führungskräfte, MitarbeiterInnen, sowie Selbstständige, die sich in ihrer Selbst- & Führungsarbeit eigenverantwortlich und nachhaltig weiterentwickeln wollen.

### Seminardaten

#### Termine:

- 17.-18. Mai 2025
- 8.-9. November 2025

#### Dauer:

9.00 - 17.00 Uhr (2-tägig)

#### Durchführungsort:

TaiChi Schule Freiburg Tullastr. 40,  
D-79108 Freiburg

#### Investition pro Person: 1.540,00 € zzgl. MwSt.

(Firmen) 1.050,00 € zzgl. MwSt.

#### TrainerIn:

Eva Seiter & Andy Rohrwasser

### Inklusivleistungen

- ✓ Mittagessen, Getränke
- ✓ Seminarunterlagen
- ✓ Fotodokumentation
- ✓ Transfer-Brief
- ✓ Teilnahmezertifikat

### Kleingruppensetting

**max. 8 Personen**

## Ihr Trainerduo



**Eva Seiter**

TaiChi & Qigong Lehrerin

**Eva Seiter**, Leiterin der TaiChi-Schule Freiburg, ist ausgebildete TaiChi Lehrerin und Ausbildungsleiterin. Sie ist Mitglied der internationalen MaTsunKuen TaiChi Chuan Schule sowie GSD geprüfte Zen-Shiatsu-Praktikerin.

1986 begann Eva Seiter mit TaiChiChuan, Kung Fu und Qigong. Seit 1994 unterrichtet sie TaiChi und seit 2002 den Ma Tsun Kuen Stil in ihrer TaiChi Schule in Freiburg. Seit über 10 Jahren führt sie Selbstbehauptungs- & Verteidigungstrainings für Frauen durch. Durch kontinuierliche Weiterbildungen in Spanien, der Schweiz, Italien und Deutschland entwickelt Eva ihr TaiChi & Qigong permanent weiter.

Im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements unterrichtet Eva in öffentlichen Institutionen, Organisationen und Unternehmen TaiChi, Qigong und Selbstbehauptung.

Mehr Informationen im Web unter [www.taichi-schule-freiburg.de](http://www.taichi-schule-freiburg.de)

“ *Ein Weg entsteht, wenn man ihn geht.* ”



**Andy Rohrwasser**

Business Coach,  
Kommunikationstrainer

**Andy Rohrwasser** führt seit 2006 als Inhaber die Weiterbildungsagentur arowa Training · Coaching · Seminare in Freiburg. Er ist Soziologe (M.A.) und arbeitete als Consultant, Sales Executive sowie als HR & Sales Trainingsmanager. Zu seinen Arbeitsschwerpunkten zählen die Themenfelder Kommunikation, Zeit- & Selbstmanagement, Leadership & Teamentwicklung. Mit seinem arowa Trainer-Team unterstützte er über 1000 Unternehmen mit offenen Seminaren, Inhouse Trainings und Business Coachings. Dabei begleitet und berät er bei der Konzeption & Umsetzung von Transformationsvorhaben von HR / PE sowie bei Projekten im Bereich Sales & Service.

Ende 2021 begann Andy mit TaiChi & Qigong-Unterricht. Seit 2023 macht er eine Ausbildung zum TaiChi-Trainer in Eva Seiders TaiChi Schule.

Mehr Informationen im Web unter [www.arowa-trainings.de](http://www.arowa-trainings.de)

“ *Wie wollen wir andere souverän führen, wenn wir uns selbst nicht kontinuierlich verantwortungsvoll führen?* ”



### Ihr Nutzen

Im INTENSIV-Seminarworkshop lernen Sie,

- universale Grundprinzipien & Transformationseffekte von TaiChi auf Selbst- & Führungsarbeit
- Ihre inneren Kraftressourcen bewusster, müheloser & effizienter einzusetzen
- sich zukünftig gezielter vor Stress & Überlastung zu schützen
- mentale Klarheit im (Führungs-) Alltag zu stärken
- Ihre Team- & Kommunikationsfähigkeiten zu schärfen
- Ihre Aufnahmebereitschaft & Leistungsfähigkeit im Arbeitsprozess & Führungsalltag zu optimieren
- eine tieferliegende Gelassenheit bei Konflikt- & Belastungssituationen zu entwickeln
- einen positiven Selbstkontakt & innere Balance zu kultivieren



### Set up & Methoden

Exklusives Kleingruppen-Setting (max. 8 PAX)

- Persönliche & entspannte Lernatmosphäre
- Hoher Praxistransfer: Kompakt, miterlebbar & direkt anwendbar
- Lerndiaktischer Methoden-Mix
- Einzel- & Partnerübungen
- Haltungs- & Körperarbeit
- Atem-, Stand-, Wahrnehmungsübungen
- Praxisbezogener TrainerInnen-Kurzinput, moderierter Erfahrungsaustausch & personenzentriertes Feedback
- Reflexionsarbeit & Transferimpulse für persönliche Entwicklungskonzepte
- *Bitte bequeme Kleidung & leichtes Schuhwerk / Socken mitbringen (Keine Straßenschuhe)*

## Veranstaltungsdaten

Seminartermin von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

## Seminar TeilnehmerIn

1.	_____	_____	_____	_____
Vorname	Nachname	Mail-Adresse	Abt./Position	
2.	_____	_____	_____	_____
Vorname	Nachname	Mail-Adresse	Abt./Position	
3.	_____	_____	_____	_____
Vorname	Nachname	Mail-Adresse	Abt./Position	

## Unternehmensdaten/Auftraggeber

_____	_____	_____
Firmenname	Straße, Nr.	PLZ/Ort
_____	_____	_____
Ansprechpartner, Abt./Position	Telefon (Durchwahl)	Fax
_____	_____	_____
Mail-Adresse	Falls abweichend - Rechnung zu Händen -	Anzahl der Mitarbeiter in Ihrem Unternehmen

## BUSINESS MEETS TAICHI:

# DER WEG ZU INNERER KRAFT, KLARHEIT & GELASSENHEIT

## Prinzipien & Impulse souveräner (Selbst-)Führung



### Ihre Investition pro Person

- 1.540,00 € zzgl. 19 % MwSt. (Unternehmen)
- 1.050,00 € zzgl. 19 % MwSt. (Selbstzahlende)
- Ab 2 Anmeldungen: 10 % Mehrbucherrabatt



### Follow-up Coaching

- 2x 60 min: 245,00 € zzgl. 19 % MwSt.
- 2x 90 min: 325,00 € zzgl. 19 % MwSt.  
(Detailinformationen auf Anfrage)



### Rabatte: Early-Bird/Last-Minute

- Bis zu 15 % sparen.
- Es gelten die zum Anmeldezeitpunkt veröffentlichen Rabatte auf [www.arowa-trainings.de](http://www.arowa-trainings.de).
- Sie erhalten automatisch den günstigsten Rabatt.



### Anmeldeinformationen

- Ihre Buchungsbestätigung mit allen Detailinformationen zur Veranstaltung erhalten Sie nach Anmeldeeingang per E-Mail.
- Im Fall einer bereits ausgebuchten Veranstaltung werden Sie umgehend informiert.
- Alle Infos zu Rücktrittsrechten (Vertretung, Umbuchung, Stornierung) unter: <https://www.arowa-trainings.de/agb/>



### Ihre Buchung

Hier bitte ankreuzen, ansonsten keine verbindliche Seminarplatzreservierung möglich:

- Hiermit buche ich verbindlich dieses Seminar. Mit meiner elektronischen Anmeldung bzw. per Fax akzeptiere ich die Anmeldebedingungen gemäß den AGB von arowa (<https://www.arowa-trainings.de/agb/>)
- Ich willige der Verarbeitung aller personenbezogener Daten zum Zweck der Anmeldung ein. (<https://www.arowa-trainings.de/datenschutzerklaerung/>). Diese Buchung ist rechtskräftig, verbindlich & ohne Unterschrift gültig.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift/Stempel

Hier absenden und kostenpflichtig anmelde

Formular drucken

Formular speichern

arowa · TRAINING · COACHING · SEMINARE  
Stadtstraße 73  
D-79104 Freiburg  
Fon: +49 (0)761 389299-72  
Fax: +49 (0)761 389299-74  
E-Mail: [info@arowa-trainings.de](mailto:info@arowa-trainings.de)

[www.arowa-trainings.de](http://www.arowa-trainings.de)