



# Akademie

Business Trainer

*kompakt*

Gruppen leiten, lehren und  
moderieren

# Gute Gründe für Sprungkraft



*„Sprungkraft kommt auf den Punkt, hält uns den Spiegel vor Augen und stößt Veränderung an - TrainerInnen, die unsere Leute im Herzen erreichen.“*



## Unsere Breite

Wir bringen die Breite von echter Persönlichkeitsarbeit, Leistungssport, Mentaltraining bis hin zu internationaler HR Erfahrung zu Ihnen.



## Mit Mut zur Tiefe

Wir wissen, was es braucht, damit Menschen in ihre Kraft kommen und um individuelle Erfolgsstrategien entwickeln zu können.



## Offenheit - No Bullshit

Wir sprechen an, worum es wirklich geht. Es lohnt sich genau hinzusehen, um Themen in ihrer Ganzheitlichkeit zu erkennen und aufzulösen.

Verbund

ÖBB



PRINZHORN  
GROUP

WU

e.punkt

ERSTE  
Group



universität  
wien

Red Bull®



A1

ROTE NASEN  
CLOWNDOCTORS  
partner of RED NOSES International

Österreich  
Werbung  
www.austriatourism.com



## Kurzbeschreibung

Kennen Sie den Moment, wo Schulungen, Trainings oder Teammeetings so langweilig und wenig berührend sind, dass man unweigerlich abschweift und den Fokus nicht halten kann?

Wenn man sichergehen möchte, dass Inhalte und Messages, die man vermitteln möchte auch tatsächlich ankommen und **nachhaltige Wirkung** zeigen, dann gilt es im ersten Schritt eine individuell entsprechende Atmosphäre zu schaffen, in der **Lernen und Entwicklung** überhaupt **möglich sind** und sich seiner Stärken als TrainerIn oder Vortragende bewusst zu sein.

Im zweiten Schritt ist es wichtig die Inhalte für Trainings, Seminare, Teammeetings **gehirngerecht und lebendig** aufzubereiten, um sie dann **kreativ und zielgruppenorientiert** zu präsentieren und erfolgreich und mit Freude nachhaltig weiterzugeben.



## Ziele

- Aktuelle, **wissenschaftlich fundierte Grundlagen** aus Lernpsychologie und Gehirngerechtem Lernen für unterschiedlichste Inhalte nutzen
- Die Rolle im Training, in der Leitung und Führung **authentisch umsetzen** und erweitern
- Themen, Ziele und Struktur finden und gestalten
- **Methodik und Didaktik** im Seminaaraufbau zielgruppenorientiert anwenden
- **Gruppendynamische Prozesse** verstehen und für die Gruppenführung hilfreich nützen
- **Konfliktdynamiken** erkennen und auflösen
- Flexibilität durch **Präsentationstechniken und Medien** für jeden Einsatz erlangen



## Persönlicher Gewinn und Nutzen fürs Unternehmen



- Schulungen kreativ und **persönlichkeitsorientiert** gestalten und TeilnehmerInnen/ MitarbeiterInnen erreichen
- **Kompetenzerweiterung** im Trainingsbereich erlangen
- **Gruppenprozesse verstehen** und lösungsorientiert nützen
- Inhalte lebendig, nachhaltig und authentisch präsentieren
- **Berufsorientierter** und mehrstufiger Aufbau
- Professionalität und **hohe Qualität** durch erfahrene TrainerInnen und individuelle Betreuung in kleinen Gruppen (Max. 12/TrainerIn)





## 1 – Wertvolle Basis

- Grundhaltung und Grundlagen im Training
- Meine Rolle als TrainerIn
- Ethische Gedanken und Überlegungen
- Neurobiologie des Lernens
- Aktuelle Grundlagen der Lernpsychologie

3 Tage



## 2 – Gewinnbringende Umsetzung

- Methodik und Didaktik im Training
- Zielgruppenanalyse und Seminaraufbau
- Gruppendynamik und Gruppenführung
- Diversität als Chance- Konfliktodynamik erkennen und nutzen
- Präsentation und Medien

3 Tage

## 3 – Technische Vielseitigkeit (online)

- Herausforderungen und Chancen des Onlinetrainings
- Methodik und Didaktik im Onlinetraining
- Blended Learning und dessen Einsatz
- TeilnehmerInnen aktiv einbinden
- Plattformen im Vergleich

½ Tag

## 4 – Gruppensupervision

- Supervidierter Austausch in der Gruppe
- Lernen mit- und voneinander
- Individuelle Hilfestellungen der Trainerin/ Supervisorin

2 Std.

## 5 – Authentische Wirksamkeit

- Abschlusspräsentationen eines eigenen Themas
- Feedback von TrainerIn und Gruppe
- Lernen voneinander und Neues ausprobieren
- Eigene Stärken erkennen
- Ausblick und nächste persönliche Schritte

1 Tag

# Nachschlagewerk



## Details

---

### Teilnahmebedingungen

Ein telefonisches Orientierungsgespräch mit einer unserer TrainerInnen ist Voraussetzung für die Teilnahme. Es dient der Beantwortung offener Fragen der Interessentinnen sowie der Abklärung der Erwartungen und Vorerfahrungen.

### Selbststudium

Neben der Präsenzausbildung gibt es eine Vielzahl an Buch- und Videomaterial, um sich mit Fachliteratur zu befassen und damit einerseits noch breiter in die Materie einzutauchen und andererseits auch eigene Spezialisierungen zu entdecken. In Peergruppen kann es besonders spannend sein sich darüber auszutauschen.

### Online-Gruppensupervision

Ein supervidiertes Austausch in der Gruppe- ein Lernen voneinander und miteinander. Die TeilnehmerInnen bringen ihre Themen, egal ob persönlicher oder fachlicher Natur ein und bekommen Hilfestellungen voneinander und von der Leistung.

### Abschlusspräsentation

Mit Ende des Lehrgangs halten wir es für wichtig selbst ins Tun zu kommen und eine eigene Präsentation/ ein eigenes Mikro- Trainings vorzubereiten und umzusetzen. Erfahrungen und Gelerntes aus den Trainings und der Literatur kann direkt umgesetzt und angewendet werden. Hilfestellung kommt prozesshaft von uns Trainern, von Peers und im Besonderen ist auch die Gruppensupervision zur Reflexion des Prozesses gedacht. Ziel hier ist keinesfalls Perfektionität sondern vielmehr Reflexion und persönliche Weiterentwicklung.



## Leistungen und Investition

**Gesamtkosten inkl. Zertifikat:** € 2950

7 Präsenztage in Kleingruppentraining

½ Tag Online-Training in der Kleingruppe

3 EH Online-Gruppensupervision

max. 12 Teilnehmer/ Trainerin

**Inkl.:** Tagespauschale, Seminarverpflegung und leichtes Mittagessen im Magdas, 1020 Wien

Für Teilnehmende mit geringem Einkommen und Vermögen sind 10% der Plätze reserviert. Diese können eine Ermäßigung beantragen, die individuell mit der Lehrgangsheitung auszuhandeln ist.

Preise verstehen sich exkl MwSt.

### Stornobedingungen

Da Trainings meist langfristig geplant werden, ist es bei Absagen für uns sehr schwierig, Plätze kurzfristig wieder anderwertig zu vergeben. Wir ersuchen deshalb um Verständnis, dass Stornos nach erfolgtem Auftrag in folgenden Fällen Kosten für Sie verursachen – unabhängig von den Gründen Ihre Absage: Bei Stornierung nach mehr als zwei Wochen nach der Buchung werden € 500,- für die Bearbeitung verrechnet. Ab 2 Monaten vor Trainingsbeginn werden 50%, danach 100% des Trainingspreises verrechnet. Diese Regelung gilt für den Fall, dass keine andere, für die Teilnahme geeignete Person genannt wird. Wenn aufgrund äußerer Gegebenheiten geplante Präsenz- Veranstaltungen nicht stattfinden können, arbeiten wir alternativ online.

## Ihre TrainerInnen



**MMag. Heidemarie  
Haberl-Glantschnig**

langjährige Mental- und  
Businesstrainerin  
30-fache Österr. Meisterin  
im Rudern  
Co-Founder  
Sprungkraft-Consulting

*“Wenn du Begeisterung  
ausstrahlst, kannst du andere  
begeistern! Egal wofür.”*



**Mag. Margrit Jütte**

Biologin, Coach,  
Supervisorin, langjährige  
Trainerin und Lehrtrainerin  
im Bereich Coaching und  
Persönlichkeitsentwicklung

*“Wir alle sind Modell für das,  
was entstehen darf”*



## Wie es weitergeht

---

Wir freuen uns, wenn wir Ihr Interesse wecken konnten!  
Kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches Informationsgespräch.

---

**MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig**

+43 680 3331 321  
heidi@sprungkraft.consulting

---

**Katharina Janauschek**

+43 650 67 33 691  
katharina@sprungkraft.consulting