



DRACHENBOOT

Einzigartige Methode zur
nachhaltigen Team- und
Organisationsentwicklung

„Wann, wenn nicht jetzt?
Wo, wenn nicht hier?
Wer, wenn nicht wir?“
(J.F. Kennedy)

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

Unilever

RHI MAGNESITA

PRINZHORN
GROUP

WU

e.punkt

ERSTE
Group

HOOKIPA
PHARMA

universität
wien

Red Bull®

BOKU

A1

ROTE NASEN
CLOWNDOCTORS
partner of RED NOSES International

Österreich
Werbung
www.austriatourism.com

Ihre individuelle Sprungkraft-Lösung



Kurzbeschreibung

Die **Faszination Drachenboot** blickt auf eine 2500 Jahre alte Tradition aus China zurück. Heute werden Drachenboot Incentives als **ideale Teambuilding-Maßnahmen** mit hohem Erlebnis- und **Erinnerungswert** erkannt.

Wir gehen noch einen Schritt weiter und nutzen das Drachenboot neben dem Motivations- und Erlebnis-Aspekt für tiefe, **nachhaltige Persönlichkeits-, Team- und Organisationsentwicklung**.

Hierbei werden aktuelle Themen in den Fokus gestellt, welche von Visions/ Strategieentwicklung über Kommunikation

oder Konfliktthemen bis hin zu Veränderung, Innovation und Agilität reichen können.

Im Zuge des Drachenboottages können auch z.B. **Unternehmensklausuren**, Kommunikation von Neuausrichtung des Teams/Abteilung oder Ähnliches Platz finden. In unserer Arbeit integrieren wir rationale und emotionale Aspekte, einerseits im classroom setting in besonderer Atmosphäre und andererseits werden Themen im Wasser **erlebbar und spürbar**. Dies ermöglicht nachhaltige Veränderung.



Good to know

Drachenbootpaddeln steht für **Gemeinsamkeit, Erlebnis, Teamgeist**, verknüpft mit einem hohen **Unterhaltungswert**.

Dabei ist nicht die Muskelkraft oder die Sportlichkeit der Teilnehmer wichtig, sondern viel mehr Teamgeist und das harmonische Zusammenspiel aller Teammitglieder.

Es handelt sich um eine **sichere Angelegenheit** mit kaum Verletzungsrisiko. Grundsätzlich kann jeder mitpaddeln.

Es ist nur wichtig, dass der Teilnehmer in Bekleidung sicher schwimmen kann.

Es stehen optional **Schwimmwesten** als Sicherheitsvorkehrung zur Verfügung!

Zusätzlich gibt auch immer wichtige **teamdynamische Aufgaben an Land**, für diejenigen, die nicht aufs Wasser gehen und Ihre Stärke auf diesem Weg einsetzen möchten!

Die Veranstaltung kann bei jedem Wetter stattfinden. Wir behalten uns vor, den Ablauf, den Zeitplan und die Drachenbootchallenge an die äußeren Bedingungen anzupassen. Dabei haben wir das **Wohlbefinden** und die Sicherheit der Teilnehmer als **oberste Priorität** immer im Auge.

Ihre individuelle Sprungkraft-Lösung



Wie wir arbeiten

Pre-Work	Gemeinsame Auftragsklärung mit Vorgesetztem und ggf. HR schriftliche Vorab-Information für Mitarbeiter
Tagesablauf	Vom Status Quo zum Zielzustand Ressourcenarbeit (Stärken stärken) Reflexion & Feedback Integration von potentiellen Hindernissen Erleben der erarbeiteten Themen im Drachenboot Dem erarbeiteten Thema angepasste Abschluss-Challenge Integration in den Unternehmensalltag
Nachgespräch	Feedbackgespräch auf dem weiterführende Personal- und Organisationsentwicklung basieren kann.



Vorbereitung

Location	Alte Donau oder nach Vereinbarung	
Fakten	6-20 Leute paddeln in einem Boot Veranstaltung ab 6 bis über 250 Personen In den Monaten Mitte April bis Mitte Oktober Anfrage idealerweise so früh wie möglich, bei Teams > 40 Personen mind. 6 Wochen im Voraus	
Unser Angebot	Standard: Vorgespräch & Konzepterstellung Seminarraum & Trainer Sportfacilities inkl. Garderobennutzung Drachenboote/Steuerleute Nachgespräch	Optional: Schwimmwesten Key-Note mit Ruderweltmeister Verpflegung/Catering Organisation Abendveranstaltung Musik & DJ Foto- und Videodokumentation
Kosten	individuell – je nach Größe der Gruppen	



Mögliche Themen

Module	Auszug einer möglichen Vertiefung – Detailplanung nach Vorgespräch
Zielarbeit	<ul style="list-style-type: none"> Eigene Zielsetzung Persönliche Erfolgsstrategie
Herausforderungen & Veränderung	<ul style="list-style-type: none"> Erkennen von Herausforderungen - Grenzen spüren Growth Mindset als Zukunftsstrategie Chancen der Veränderung nutzen
Selbstmotivation - Superpower zünden	<ul style="list-style-type: none"> Innere Antreiber erkennen Ressourcen stärken und nutzen Mein Ziel als Nutzen für das Unternehmensziel
Kommunikation & Konfliktkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> De-eskalierungsstrategien Authentische Kommunikation Lösungsorientiertes Feedback
Resilienz	<ul style="list-style-type: none"> Kraftquellen in Stresssituationen nutzen Akzeptanz als Beschleuniger Widerstandskraft erhöhen
Mentale Stärke	<ul style="list-style-type: none"> Im entscheidenden Moment zur 'Best Version' Eigene mentale Zustände wählen Mentale Erfolgsstrategien der Leistungssportler nutzen
Teamdynamik	<ul style="list-style-type: none"> Umgang mit Werten und Überzeugungen Teamrollen erkennen und nutzen Lösungsorientierte Teamdynamik
Führung	<ul style="list-style-type: none"> Führungsmodelle Gegenseitiges Verständnis - 'Durch die Augen des Anderen' Managing-up & Selbstführung
Kreativität & Innovation	<ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von kreativen Prozessen Eigenen kreativen Anteil stärken Neue Wege zu innovativen Ideen
Vision	<ul style="list-style-type: none"> Die Anziehungskraft einer echten Vision spüren Integration externer Ziele in eigene Handlungsweisen Von der Vision zum Handlungsplan
Purpose	<ul style="list-style-type: none"> Frage nach dem großen Ganzen - Mein Purpose Arbeit mit dem Unbewußten Team Purpose
Zukunft prägen	<ul style="list-style-type: none"> Fokus setzen Nachhaltige Umsetzung

Sprungkraft Powerteam



**MMag. Heidemarie
Haberl-
Glantschnig**
Mentaltrainerin



**Mag. Katharina
Janauschek**
HR Strategin,
Mentaltrainer,
OE Entwicklerin



**Mag. Margit
Jütte**
Trainerin, Coach,
Biologin



Tina Mader
Trainerin, Coach,
Outdoor/Abenteuer



**Mag. Martin
Stübinger**
Psycholog. Beratung,
Coach & Trainer



**Mag. Martina
Hofer –Moreno,**
MBA,
HR Expterin für
Digitalisierung



Bernhard Sieber
Olympiateilnehmer,
Coach



**Mag. Claudia
Hauser**
Betriebl.
Gesundheitsmanagem
ent



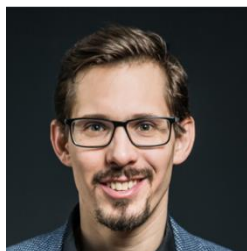
**Dr. Dieter
Michael Klein**
Universitätsprofessor,
Coach



Barbara Bindl
Unternehmensberater
in, Coach



**Mag. Wolfgang
Sigl, MBA**
4-facher
Ruderweltmeister



Rainer Haberl
Multimedia-
Kommunikations-
experte



**Mag. Stefan
Jirkovsky**
Coach



Ilse Frana
Coach, Aufstellerin



**Peter van
Woerkum MSc,
MMC**
Businesscoach,
Kältetrainer

Inspirationen



Polzeisportverein – Alte Donau



Rhythmus im Team erlebbar machen



Drachenboot - Einzigartige Methode zur Team- und Organisationsentwicklung



Teamaufgaben – am Wasser und an Land



LIA Ruderclub – Alte Donau



Wie es weitergeht

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

MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig

+43 680 3331 321
heidi@sprungkraft.consulting

Katharina Janauschek

+43 650 67 33 691
katharina@sprungkraft.consulting