



Ihr Partner für wirksame Empowerment-Workshops

Stärke beginnt mit einem bewussten kleinen Schritt.

○ **Fit im Job** – Mitarbeitende stärken. Ihr Unternehmen schützen.

○ **Resilienz-Training** – stark bleiben, wenn es wirklich darauf ankommt.

○ **Selbstbehauptung** – klare Grenzen – selbstbewusst auftreten.



Zen
Solution®

Ihr Partner für
**EMPOWERMENT-
WORKSHOPS**



Ihr Selbstvertrauens-Boost – souverän auftreten, sicher handeln.


Sicherheit stärkt Menschen.

Starke Menschen stärken Unternehmen.

Empowerment für Unternehmen, die ihre Mitarbeitenden stärken – nachhaltig, praxisnah und wirksam.

Mit einfachen Methoden zu souveränem Auftreten.

Bereits in kurzer Zeit wirksame Techniken erlernen – für Ruhe, Sicherheit und Handlungsfähigkeit in herausfordernden Momenten.





IM HIER & JETZT

DER
MEISTERPLAN

Zusammen wachsen,
zusammenhalten.

Ein starkes **ICH**. Ein starkes **TEAM**. Ein starkes **UNTERNEHMEN**.

Druck? Unsicherheit? Veränderung?

Souverän bleiben ist trainierbar.

Innere Stärke ist lernbar.

Grenzen setzen ist keine Frage des Talents – sondern der Methode.

Wie gut ist Ihr Team **darauf vorbereitet?**

Sicherheit schafft Vertrauen.

Vertrauen schafft Erfolg.



Studien zeigen:

Innere Haltung und Körpersprache entscheiden **maßgeblich** darüber, ob Menschen ernst genommen, gehört und respektiert werden.



IM HIER & JETZT

Unsere Trainings stärken genau diese Fähigkeiten – für souveränes, sicheres und wirksames Auftreten.

Lernen, wachsen,
über sich hinauswachsen.

Wer sich sicher fühlt, kann Großes leisten.

Meisterhafte Prinzipien – modern gedacht, sofort umsetzbar.

Lassen Sie sich von jahrtausendealten Erkenntnissen inspirieren,
die heute relevanter sind denn je zuvor – **im Beruf wie im Alltag.**

Weil zeitlose Einsichten moderne Herausforderungen **auf den Punkt** lösen.

Stärke, die von innen kommt – und im Außen Wirkung zeigt.

Zeitlose Prinzipien – **wirksam in einer Arbeitswelt im Wandel.**





IM HIER & JETZT

Präsenz zeigen –
im Alltag und im Unternehmen.
Klar führen. Grenzen setzen.

Gemeinsam wachsen – mit Erkenntnissen, die bleiben.

Sicherheit ist kein Kostenpunkt. Sie ist ein Wettbewerbsvorteil.

Wir möchten, dass Sie Wirkung erleben, bevor Sie entscheiden.

Oft braucht es kein großes Seminar – nur eine Stunde, die etwas in Bewegung setzt.

Gern bieten wir Ihnen die Möglichkeit, unser Konzept **unverbindlich kennenzulernen**:

1 Stunde | **165 €** pauschal | bei Ihnen vor Ort

So erhalten Sie eine fundierte, messbare Entscheidungsgrundlage –
ohne großen Zeit- oder Organisationsaufwand.

 Keine Sportkleidung.

 Keine Überforderung.

 Nur Wirkung.

Erst spüren, dann entscheiden.



Handlungskompetenz, wenn es darauf ankommt!

Selbstbewusst auftreten.

Selbstwirksamkeit zeigen.

Handlungsfähig bleiben.

Selbstschutz-Workshop

Individuell. Persönlich. Wirksam. Wertvoll.

- Für Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter – auf Wunsch in getrennten Gruppen
- Für Teams, Abteilungen & Bereiche – **flexibel planbar**
- Im Unternehmen oder extern – indoor oder outdoor
- Als Gruppen-Workshop oder 1:1-Training

Nur drei Stunden – mit Wirkung für ein ganzes Leben.



Zen
Solution®



Ihr Partner für
**EMPOWERMENT-
WORKSHOPS**

Sicher fühlen. Sicher handeln. Gemeinsam stärker werden.

25 Jahre Erfahrung – für mehr Resilienz, Kommunikation & Teamkultur

Sie profitieren von unserer Erfahrung aus Kampfkunst, Unternehmertum und Coaching. Wir vermitteln Methoden, die sich in beruflichen wie privaten Herausforderungen bewährt haben – und zeigen, wie Konflikte frühzeitig, klar und respektvoll entschärft werden können.

Für Mitarbeitende, die ruhig, respektvoll und handlungsfähig bleiben wollen.

Mehr Gelassenheit.
Klarere Kommunikation.
Weniger Konflikte –
mit fernöstlichen
Prinzipien.

Was bewegt Ihr Team?
Sprechen wir darüber.
0731 1766263-9
boris.simon@zen-solution.de



- Vitalworkshops
- Empowermentworkshops
- Selbstschutzworkshops
- Persönlichkeitsentwicklung

DER
MEISTERPLAN.DE

Starke Menschen. Starke Unternehmen. Starke Region.



Literatur trifft Empowerment – für Haltung, Mut und innere Stärke.

QR-Code scannen – Auswahl regionaler Berichterstattung.



REGIO TV
SCHWABEN



**HEIDENHEIMER
ZEITUNG**

SÜDWEST PRESSE



und weitere ...



In Schwaben verwurzelt. Für Unternehmen in der Region.

Die 5 Schritte, um mit uns zu starten.

Kurzes Gespräch

15 Minuten.
Unverbindlich.



Was bewegt

Ihr Team
gerade?



Empfehlung

individuell.
Sofort wirksam.



Angebot

transparent &
modular



Wir begleiten

die **Umsetzung**
Schritt für Schritt.





DER
MEISTERPLAN.DE

- Vitalworkshops
- Empowermentworkshops
- Selbstschutzworkshops
- Persönlichkeitsentwicklung

Jetzt Erstgespräch vereinbaren:

Boris.Simon@zen-solution.de

0731 1766263-9

Entdecken Sie Ihre neue Stärke – klar, präsent, souverän.

Prävention · Deeskalation · Handlungskompetenz

Empowerment · Trainingspsychologie

Testangebot für Unternehmen aus der Region –
nach Verfügbarkeit der Termine.

Jetzt Termin vereinbaren:

Boris.Simon@zen-solution.de

0731 1766263-9



DER
MEISTERPLAN.DE®

Wer souverän auftritt, wird seltener angegriffen – und handelt sicherer.