

## Stundenplan – Donnerstag (Warmup & neue Erfahrung)

<b>von</b>	<b>bis</b>	<b>Aktion</b>
16:15	16:30	Begrüßung/Bahnhof Blitzingen
16:30	19:30	1.Aufgabe „Extern Abendessen“
19:30	20:00	Zimmer beziehen & Notizen Präsentation
20:00	22:00	Präsentationen & Austausch (Seminarraum) Regeln: Immer ein anderer Platz, Handy's im Korb, Snacktisch,
22:00	22:15	Kleider wechseln
22:15	23:00	Yoga
23:00		Nachtruhe

## Stundenplan - Freitag (Lern- & Praxistag)

von	bis	Aktion
04:45		Tagwacht
05:00		Treffen in der Hotellobby & Abmarsch
05:00	05:45	Marsch
05:45		Referat – Peter Gschwendtner
06:15	07:00	Marsch zurück
07:00	07:30	Yoga
07:30	08:30	Morgenessen & Toilette
08:30	08:45	Vorstellung Alexander Plath/Wichtel
08:45	09:30	Schädel Referat
09:30	09:45	4er Gruppenübung/erster Eindruck, Prioritäten, was ist spannend
09:45	10:15	4er Gruppen Präsi/Gruppe 5 min.
10:15	10:30	Einzelarbeit schriftlich: was setzt jeder individuell um, im Plenum Austausch
10:30	10:45	Kurzreferat Feedback – Alexander Plath
10:45	12:45	Feedback – 1. Aufgabe („extern Abendessen“) – Anfang und Schluss von der Vorabendpräsi angeschaut und reflektiert mit Feedbacks (5min. pro Teilnehmer = +/- 120 min.
12:45	13:45	Mittagessen
13:45	14:45	Aktivübung „Zündholzschachtel“ 4er Gruppen inklusive Auswertung (60min.)
14:45	15:15	Kurzreferat Alexander Plath – Ein und Ausstiegsmöglichkeiten Referate (30min.)
15:15	16:00	Jeder bereitet eine Präsentation vor mit den Themen: Was macht mein Unternehmen und was mache ich im Unternehmen! (45')
16:00	17:00	Präsentationen/pro Teilnehmer 5 Min.
17:00	18:00	Auswertung (60min.)
18:00	18:15	Jeder schreibt auf, was mich heute beeindruckt hat (15 min.)
18:15	18:30	2er Gruppen – gegenseitig diese Punkte austauschen (15 min.)
18:30	18:45	Jeder bekommt die Gelegenheit in 60 Sekunden zu erzählen, was sein Gruppenpartner an diesem Tag beeindruckt hat. (15 min.)

18:45	19:00	„der heiße Stuhl“ Feedback von den Teilnehmern an Alexander Platz
19:00	20:15	Abendessen
20:15	21:30	Jassen in Yogakleidern
21:30	22:00	Yoga
22:00		Nachtruhe

## Stundenplan – Samstag (Inspirationstag)

von	bis	Aktion
07:00		Tagwacht
07:15	08:00	Yoga
08:00	09:00	Morgenessen/Toilette
09:00	12:00	Schulung Beat Ambord „110%“
12:00	13:00	Mittagessen
13:00	14:00	Heinz Julen Vortrag
14:00	14:20	Individuelle Reflexion Thema: Kommerz & Kunst – Fragekatalog erstellen
14:20	15:00	Fragerunde mit Heinz Julen
15:00	15:30	Pause
15:30	15:45	CV von Daniel Kehl studieren und Fragekatalog erstellen
15:45	16:30	Daniel Kehl Vortrag
16:30	17:00	Fragen stellen & Feedback zur Vortragsform
17:00	17:30	Pause
17:30	18:15	Patrick Z’Brun Vortrag
18:15	18:45	Fragen an Patrick Z’Brun
19:00	20:30	Abendessen
21:00	22:30	Treffen zum Jassturnier
22:30	23:00	Yoga
23:00		Nachtruhe

## Stundenplan – Sonntag (Feedback & Reflexion)

<b>von</b>	<b>bis</b>	<b>Aktion</b>
07:30	08:00	Yoga
08:00	09:00	Morgenessen
09:00	10:00	Evtl. Kurzvortrag „Humor am Arbeitsplatz“ Feedbackrunde im Kreis
10:00	11:00	Brief schreiben – 3 Punkte aus jedem Tag – die ich in der Firma umsetzen kann und wie?
11:00	12:00	Übergabe – Bootcamp Trophäe
12:00		Verabschiedung/Schluss