

NEU BEI UNS:

# EINZIGARTIGE MOTIVATIONSSEMINARE

Mit unseren individuell für Sie gestalteten Seminare helfen wir Ihnen nachhaltig Ihre Ziele zu erreichen.

Bei Ihnen oder bei uns. In Einzel- oder in Gruppencoachings.



**AREA3SIXTY**  
ELECTRIC CROSSTRAINING

# MOTIVERT ANS ZIEL

**MAXIMIEREN SIE MIT AREA3SIXTY IHR POTENTIAL.**

Motivation ist die Voraussetzung für Erfolg.  
Dabei ist es egal, ob der Erfolg privater oder beruflicher Natur ist.

Diverse Punkte beeinträchtigen jedoch genau die Motivation, die wir alle brauchen. Falsche Zielsetzungen, oder gar Ziellosigkeit, schwächen den Antrieb. Die Unzufriedenheit mit der eigenen Lebenssituation beschwert den Kopf in vielerlei Hinsicht. Aber auch die Angst vor Veränderungen, oder nicht zu wissen, wie man eine Veränderung angeht, verstärken ein Gefühl der Unsicherheit.

Mit den Motivationsseminaren von AREA3SIXTY kitzeln Sie Ihr maximales Potenzial aus sich heraus – ganz individuell.

Wir bieten Seminare für Führungskräfte, sowie Mitarbeiter an.  
In Gruppen- und Einzelsitzungen.

Der Fokus liegt für uns dabei darauf die richtige Balance wiederzufinden, vor allem zwischen Privatleben und Beruf.

Die Seminare strukturieren wir für Sie ganz individuell - passend zu Ihren Bedürfnissen und Schmerzpunkten. Durch unsere Basis im Sport können wir das Thema Bewegung in die Seminare einbauen und gezielte Übungen entwickeln und durchführen. Jedoch führen wir die Seminare ebenso ausschließlich im Gesprächsrahmen durch.



# ÜBER UNSERE MOTIVATIONSEMINARE

## WAS? WIE? UND WARUM?

### WAS SIND DIE ZIELE EINES SEMINARS?

- Persönliche und gemeinschaftliche Motivation schaffen.
- Harmonie zwischen Führung und Mitarbeiter wieder herstellen oder stärken.
- Unterstützung beim Thema Zielsetzung.
- Persönliche Gründe für bestimmtes Handeln und Verhalten verstehen.
- Förderung der persönlichen Positionierung.

### WIE LAUFEN DIE SEMINARE AB?

- Die Seminare werden völlig individuell gestaltet, um die persönlichen Beweggründe für das Motivationsseminar zu behandeln.
- Die Dauer kann von Stunden-, über Tagesseminare bis hin zu mehrtägigen Seminaren angepasst werden.
- Die Seminare können bei Ihnen vor Ort abgehalten werden, wahlweise auch in den Räumlichkeiten von AREA3SIXTY.
- Wir coachen entsprechend der Wünsche Führung- und Mitarbeiterteams getrennt oder gemeinsam.
- Seminare können sportliche Aspekte enthalten, aber auch rein auf Gesprächen basieren.

### WAS HABEN SIE DAVON?

- Sie werden Ihr eigenes Potential durch die richtige Motivation voll ausschöpfen können.
- Klare Zielsetzung hilft Ihnen dabei effizienter zu arbeiten.
- Klarheit und Verständnis für die Bedürfnisse des Teams stärken die Harmonie und Ihr Vertrauen innerhalb der Organisation.
- Ein harmonisches Verhältnis zwischen Kollegen steigert Ihre Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit.
- Mit dem richtigen Mindset kommt auch der Erfolg. Persönlich, sowie geschäftlich.

# ÜBER UNSEREN COACH

## WAS IST SEINE PHILOSOPHIE?



### ÖZEN BIRKEN

#### CROSSTRaining-EXPERTE UND GRÜNDER VON AREA3SIXTY

Özen fing schon als Kind mit Leistungssport an und dies hat ihn bis heute nicht losgelassen. Er arbeitete bereits jahrelang als Personal Trainer, bis er sich dazu entschied seinem einzigartigen Trainingskonzept, der Verbindung von EMS mit CrossTraining, mit seinem Hamburger Fitnessstudio AREA3SIXTY ein eigenes Zuhause zu geben.

Über die vielen erfolgreich Trainierenden sagt er: "Eine Gemeinsamkeit haben alle, die ihre Ziele nachhaltig erreicht haben: Sie sind am Ball geblieben. Sie haben dem kurzfristigen Effekt keine Beachtung geschenkt, dafür der Stetigkeit alles gewidmet!"

Die Disziplin des Leistungssports ist etwas, das er als einen der Kernpunkte für den Erfolg definiert hat. Und das in allen Lebenslagen. Diszipliniert seinen Wünschen und Träumen zu folgen, klare Ziele zu definieren und die Motivation zu haben dem Nachzugehen ist für ihn der Weg zum Glück.

# ZEIT EIN GESPRÄCH ZU FÜHREN

## MELDEN SIE SICH FÜR EINE INDIVIDUELLE BERATUNG

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann lassen Sie uns zu einem Gespräch treffen, um gemeinsam eine Basis für Ihr individuelles Seminar-Konzept zu erarbeiten.

Oder haben Sie noch Fragen?

Einen zeitnahen Termin oder offene Fragen klären wir gern mit Ihnen

per Mail: [info@area3sixty.com](mailto:info@area3sixty.com)

oder per Telefon: **040 - 63 73 69 80**

Wir freuen uns von Ihnen zu hören!

Ihr Özen Birken

 /Area3sixty

 @area3sixty



Hamburger  
Volksbank



**AIRBUS** fiemann



AREA3SIXTY GmbH  
Gertigstr. 44  
22303 Hamburg  
Fon 040-63 73 69 80  
[info@area3sixty.com](mailto:info@area3sixty.com)  
[www.area3sixty.com](http://www.area3sixty.com)

Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 08:00 - 21:00 Uhr  
Sa + So 10:00 - 16:00 Uhr