Coaching
Andrea Haedecke

„(Selbst)Bewusstsein im Spiegel der Pferde“

Willkommen zu meinem einzigartigen Kurs „(Selbst)Bewusstsein im Spiegel der Pferde“!
In diesem pferdegestützten Coaching gehen wir der Frage nach, wie Vertrauen – zu uns selbst und zu anderen – zu mehr Selbstbewusstsein und innerer Stärke führen kann.

Warum Pferde? Warum im Spiegel der Pferde?

Pferde sind authentische, sensible und ehrliche Begleiter, die uns unmittelbar spiegeln und uns so helfen, unsere innere Haltung, Ausstrahlung und damit auch Kommunikation bewusst wahrzunehmen. In der Begegnung mit ihnen kannst du:

- **Selbstbewusstsein stärken**: Erkenne, wie deine Klarheit und Präsenz Vertrauen schafft – bei dir selbst und im Umgang mit anderen.
- **Achtsamkeit fördern**: Pferde zeigen uns, wie wichtig es ist, im Moment zu sein und klare Signale zu geben.
- **Vertrauen aufbauen**: Erlebe, wie eine echte Verbindung entsteht, wenn Vertrauen in die Beziehung tritt.
- **Kommunikation verbessern**: Entwickle ein besseres Gespür für nonverbale Signale und lerne, dich klarer auszudrücken.

Dieser Kurs ist für dich, wenn du:

- dich selbst besser verstehen möchtest,
- authentisch und klar in Beziehungen auftreten willst,
- dein Selbstbewusstsein stärken möchtest,
- oder einfach neue Perspektiven in einem sicheren, geschützten Rahmen erfahren willst.

Ablauf:
Der Kurs findet in einer kleinen Gruppe mit maximal fünf Teilnehmern statt, um eine individuelle Begleitung und ein geschütztes Miteinander zu gewährleisten. Nach einer Einführung in die Grundlagen des pferdegestützten Coachings arbeiten wir praxisnah mit den Pferden – ohne dass du Reiterfahrung mitbringen musst. Alle Übungen finden vom Boden aus statt.

Andrea Haedecke
Baumgartenstraße 16 - 72160 Horb - Tel.: +49 (0)178 55 702 64
E-Mail: info@ahaedecke-coaching.de
ahaedecke-coaching.de
Bankverbindung: Volksbank Sindelfingen
IBAN DE 95 6039 0000 0023 8180 00 - BIC GENODDES1BBV
Steuernummer: 42161/23413

Coaching
Andrea Haedecke

Termin: Samstag, 21. März 2026
Uhrzeit: 9:00 – 11:30 Uhr
Kosten: € 80

Ziele:
Am Ende des Kurses wirst du mit einem stärkeren Bewusstsein für dich selbst, einem klareren Auftreten und einem tieferen Verständnis für das Zusammenspiel von Vertrauen und Selbstbewusstsein nach Hause gehen.

Melde dich jetzt an und entdecke, wie Pferde dich auf deinem Weg zu einem neuen (Selbst)Bewusstsein unterstützen können!

Andrea Haedecke
Baumgartenstraße 16 - 72160 Horb - Tel.: +49 (0)178 55 702 64
E-Mail: info@ahaedecke-coaching.de
ahaedecke-coaching.de
Bankverbindung: Volksbank Sindelfingen
IBAN DE 95 6039 0000 0023 8180 00 - BIC GENODDES1BBV
Steuernummer: 42161/23413