

Programm wingwave-Congress und wingwave-Vertiefung: „Magic Tools for Mindfulness“ – Achtsamkeit und die Imaginationsverfahren

05.11.2022 – Tag 1

10.00 – 10.15 Uhr:	Begrüßung und Einführung: wingwave, „Mindfulness“ und Imaginationsverfahren Cora Besser-Siegmund*
10.15– 11.15 Uhr:	Prof. Dr. Johannes Michalak: „Stärkung der seelischen Balance: Achtsamkeit, Körper und Imagination“.
11.15 – 11.30 Uhr:	Diskussion mit Johannes Michalak Moderation: Harry Siegmund*
11.30 – 12.00 Uhr	PAUSE und Signaturzeit mit Johannes Michalak
12.00 – 13.00 Uhr	Stand der wingwave-Forschung an der Deutschen Sporthochschule Köln: Stefanie Klatt, Marco Rathschlag, Frank Weiland, das „Forscherteam der“ Deutschen Sporthochschule Köln Moderation: Lola Siegmund*
13.00 – 14.00 Uhr:	MITTAGSPAUSE
14.00 – 15.30 Uhr:	„Magic Mimikry“: Gehirnforschungs, Demo und Interventionstraining: „Stark wie ein Bär, schön wie die Rose, freundlich wie die Sonne, frei wie der Adler – Achtsamkeit und positive Mimicry-Energie“ Cora Besser-Siegmund*
15.30 – 15.45 Uhr	PAUSE
15.45 – 17.30 Uhr	Interventionstraining „Magic Mimicry - Achtsamkeit und positive Imaginations-Modelle“ Cora Besser-Siegmund*
17.30 – 18.00 Uhr:	Überreichung des wingwave-Coaching-Awards Ausblick auf den wingwave-Congress 2023: „wingwave World – Emotions-Coaching und globales Erleben“

*Lola Siegmund, wingwave-Lehrtrainerin, Wirtschaftspsychologin BA

*Cora Besser-Siegmund, wingwave-Lehrtrainerin, Diplom-Psychologe

*Harry Siegmund, wingwave-Lehrtrainer, Diplom-Psychologe

Programm wingwave-Congress und wingwave-Vertiefung: „Magic Tools for Mindfulness“ – Achtsamkeit und Imaginationsverfahren

06.11.2022 – Tag 2

10.00 – 10.15 Uhr	Begrüßung und Einführung: „Mindfulness, Metaphern und Embodiment“ Lola Siegmund*
10.15 – 11.15 Uhr	„Die Kraft der Bilder im Zürcher Ressourcen-Modell: Wunschelemente-Technik und Motto-Ziele“. Dr. Maja Storch, Begründerin des Zürcher Ressourcen-Modells Vortrag und Diskussion Moderation: Lola Siegmund*
11.40 – 12.00 Uhr	PAUSE und Signierzeit mit Maja Storch
12.00 – 13.00 Uhr	Vortrag und Demo: „Magic Way - Zeiterleben und Metaphern-Magie für eine ressourcvolle Zukunftslandschaft“ Harry Siegmund*
13.00 – 14.00 Uhr	MITTAGSPAUSE
14.00 – 15.30 Uhr	Interventionstraining: „Magic Way“ -Zeiterleben und Metaphern-Magie für ein ressourcvolle Zukunftslandschaft“
15.30 – 15.45 Uhr	PAUSE
15.45 – 17.15 Uhr	Vortrag, Demo und Interventionstraining: Imaginations-Talk mit wingwave-Coaching Cora Besser-Siegmund*
17.15 – 17.30 Uhr	Abschluss und Integration in den Alltag

*Lola Siegmund, wingwave-Lehrtrainerin, Wirtschaftspsychologin BA

*Cora Besser-Siegmund, wingwave-Lehrtrainerin, Diplom-Psychologe

*Harry Siegmund, wingwave-Lehrtrainer, Diplom-Psychologe