

## Die wichtigsten Informationen

Land/ Segelrevier	Kroatien Mitte (Norddalmatien): Adria
Törn Dauer	7 Tage / 7 Nächte auf der Yacht
Törn Charakter	CQM Praxisgruppe unter Segeln
Ausgangshafen	Marina Kornati; HR-Biograd na Moru: 43°56'35" N; 15°27'6" E
Einschiffen	Marina Kornati; HR-Biograd na Moru : Samstag ab 18:00 Uhr
Zielhafen	ACI Marina Trogir; HR-Trogir: 43°30'8" N 16°15'2" E
Ausschiffen	ACI Marina Trogir; HR-Trogir: Samstag bis 09:00 Uhr
Segelyacht	Premium Yacht Elan 50 Impression, Länge: 15,20 m, Breite: 4,68 m Bj. 2019, 5 Kabinen (Doppelkajüte), 2 WC, 2 Steuerräder
Törnpreis inkl. Praxisgruppe	1.290,-Euro pro Person, Belegung in Doppelkajüte 6 Teilnehmer
Bordkasse	Bordkasse pro Person für 7 Tage ca. 150,- Euro: Hafengebühren, Verpflegung an Bord, (Landgänge auf eigene Rechnung)
Eingeschlossene Bordleistungen	Skipper, Beiboot mit Außenborder, Gas, Diesel, Endreinigung, 2 Handtücher und Bettwäsche
Coaching Rahmen	Die Freiheit beim Segeln und das Gemeinschaftsgefühl der Gruppe sind ein ganz besonderer Rahmen CQM zu erleben und anzuwenden. Einmal am Tag nehmen wir uns Zeit für eine intensive CQM-Praxisgruppe. Je nach Tagesprogramm wird das vormittags oder nachmittags sein. Dazu gehen wir an tollen Küstenabschnitten, einsamen Inseln an Land oder treffen uns im Salon unserer wunderschönen Yacht, damit wir ungestört arbeiten können. Möglichkeit zur weiterführenden Teilnahme an meiner Praxisgruppe in Frankfurt
Anmerkung	Voraussetzung: Teilnahme CQM I Seminar 6 Teilnehmer; Eigenverantwortliche Anreise; Segelkenntnisse sind nicht erforderlich



Bild von links nach rechts: Anja, Mathias u Javier.

Betreuungs-Crew (3):  
Coach,  
Skipper &  
Co-Skipper.

## CQM Praxisgruppe unter Segeln



**Kroatien**

**16.Mai bis 23.Mai 2020**

## Segelrevier:

Kroatien ist ein Segelrevier für Laien, als auch Profis. Atemberaubende Landschaften, kristallklares Wasser, mildes Klima und perfekte Wetterbedingungen sorgen für ein **unvergessliches Abenteuer**.



## Tagesablauf:

Wir verbringen die ganze Woche auf der Yacht. Die Freiheit beim Segeln und das Gemeinschaftsgefühl der Gruppe sind ein ganz besonderer Rahmen CQM zu erleben und anzuwenden. Nach Möglichkeit laufen wir jeden Tag einen andern Hafen an. Je nach Erfahrung und Interesse werden alle Teilnehmer, nach einer ausführlichen Sicherheitseinweisung, aktiv in den Segelbetrieb mit einbezogen: Segel setzen und bergen, Manöver fahren, An- und Ablegen im Hafen. Wer möchte, darf auch gerne ans Steuer. Gemeinsames Kochen und Abwaschen gehört ebenfalls zur Seemannschaft dazu und fördert die Team-Zugehörigkeit. Jeder Teilnehmer übernimmt eine wichtige Rolle und so kommen wir gemeinsam sicher ans Ziel. **Spaß und Freude am Erleben** ist ein wichtiger Bestandteil der Woche.

## Segeln und Coaching in Kombination bietet besondere Möglichkeiten:

- Raus aus dem Alltag
- Ideale Bedingungen, um in Dich selbst reinzuhören
- Zurück zur Bescheidenheit
- Besinnung auf das Wesentliche
- **Verbundenheit mit der Natur**, das Element Wasser steht für Klarheit, Reinheit, Bewegung
- Neue Wege gehen
- Raus aus der Komfortzone, rein in die Komm-**VOR**-Zone
- Erlebe Dich in einer anderen Rolle, nimm Dich selbst wahr
- **Auflösung hinderlicher Limitierungen**, schaffe Platz für Neues
- Neue Erfahrungen mit Gleichgesinnten, mit allen Sinnen
- Abenteuerlust, **Gefühl von Freiheit**, grenzenloser Horizont

*Meer geht immer ... 😊*



## Ansprechpartnerin und Buchung:

Anja Kläres, Coaching & Beratung  
Frankfurt

E-Mail: [kontakt@anja-klaeres.de](mailto:kontakt@anja-klaeres.de)

Mobil: +49 175 3480 277

[www.anja-klaeres.de](http://www.anja-klaeres.de)

