

PROGRAMM 29. APRIL 2016

ab 9.30 Uhr Eintreffen im **Studio II**

10.00 Uhr Begrüßung durch Katrin Kleinesper & femable Team

10.30 Uhr Bewegung - für einen freien Kopf

11.00 Uhr 1. Teil Aktive Gruppe

12.00 Uhr 2. Teil Aktive Gruppe

13.00 Uhr Mittagspause | Buffet

14.30 Uhr 3. Teil Aktive Gruppe

15.30 Uhr 4. Teil Aktive Gruppe

16.30 Uhr 5. Teil Aktive Gruppe

17.30 Uhr Kreative Kaffeepause mit Showact

18.00 Uhr Zusammenfassung des Tages | Feedbackrunde

18.30 Uhr femable Convention Ende – Pause bis zur Party

19.30 Uhr Business & Inspiration-Network Party im **Studio III**
inkl. Begrüßungsgetränk und Buffet

INFOS & KONTAKT

femable – Women Business Leaders in Health & Lifestyle

c/o Katrin Kleinesper | Hallerplatz 4 | 20146 Hamburg | www.femable.com | Mail: kontakt@femable.com | Telefon: +49 179 228 93 65

6. femable CONVENTION 2016

BEWEG DICH VON KOPF BIS FUSS – WER NEUES WAGT GEWINNT!

FREITAG 29. APRIL 2016 | 10.00–18.30 UHR

BILLIES TANZSTUDIO | Stresemannstraße 374 | 22761 Hamburg

TAGESTICKET EUR 149,00 inkl MwSt. (INKL. PARTY)

FRÜHBUCHERTICKET EUR 99,00 inkl MwSt. (BIS 29.01.2016)

PARTYTICKET ONLY EUR 39,00 inkl MwSt. (INKL. BEGRÜSSUNGSGETRÄNK & BUFFET) | AB 19.30 UHR

Bitte melden Sie sich auf unserer Website www.femable.com verbindlich an. Sie erhalten eine Rechnung nach Eingang Ihrer Anmeldung.

Eine vollständige Anmeldung liegt nach Eingang des ausgefüllten Formulars vor.

Bei Stornierung Ihrer Buchung bis spätestens 29.01.2016 erfolgt eine vollständige Rückerstattung. Danach ist keine Stornierung mehr möglich.

Alkoholfreie Getränke und Verpflegung von 10.00 bis 18.30 Uhr sind im Ticket enthalten sowie ein Begrüßungsgetränk und Buffet am Abend.

Das aktuelle Programm finden Sie auch auf unserer Website www.femable.com



6. femable CONVENTION
29. APRIL 2016 | HAMBURG

**BEWEG DICH VON KOPF BIS FUSS –
WER NEUES WAGT GEWINNT!**

UNSERE REFERENTINNEN UND THEMEN

UNSER MOTTO

Wenn sich der Körper bewegt, bewegt sich auch der Kopf. Darum dreht sich alles auf dieser femable Convention: Inspiration von Kopf bis Fuß und über den Tellerrand hinaus. Verlassen Sie Ihre Komfortzone und wagen Neues oder bauen Bekanntes aus. Talente, Werte, Aussehen, Kompetenzen, Visionen und Stimme im Einklang – damit bringen wir Sie auf den Weg.

Am Vormittag können Sie an 2 und am Nachmittag an 3 aktiven Gruppen teilnehmen, die ca. stündlich wechseln. Sie können sich 5 aus 7 Themen aussuchen und lernen dabei aktiv immer neue Menschen kennen. So kombinieren wir Netzwerken, Lernen und Inspiration.



**KATRIN
KLEINESPER**

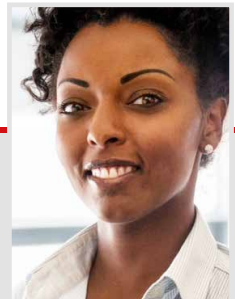
DIPL. OECOTROPHOLOGIN
INITIATORIN DER
FEMABLE CONVENTION
FOOD- UND BUSINESS-COACH
KINDERKOCHSHOWS

www.sportandfood.de

WAS STECKT NOCH IN IHNEN?

Welche Talente und Werte leben Sie (noch) nicht aus?
In kleiner Runde beantwortet jede für sich 4 speziell zusammengestellte Fragen. Diese bringen Sie auf ganz andere Ideen, (außerhalb Ihrer Komfortzone?) worüber Sie noch nicht nachgedacht haben.

Im zweiten Schritt stellt jede Ihre Antworten kurz vor und bekommt wertvolle Informationen und Rückmeldungen aus dem Team und vom Coach. Eine Geschäftsidee oder ein neues Projekt sind geboren? Das kann auf jeden Fall geschehen.



**MAGDA
TEDLA**

BSC. OECOTROPHOLOGIN
ZERTIFIZIERTE
QUALITÄTSAUDITORIN
UND -MANAGERIN

WIE KÖNNEN SIE IHRE VISIONEN ZU PLÄNEN WERDEN LASSEN?

In kleinen Gruppen gestalten wir mit Hilfe von Vision Boards Ihre Zukunft. Diese stellen Ihre Träume und Wünsche auf einem Plakat dar.

Zukunftsweisende Affirmations (kleine Mantras) erinnern uns täglich an unsere Ziele.



**CHRISTIANE
JAENSCH-KORN**

DIPLOM-BETRIEBSWIRTIN
BALANCE COACH UND
PERSONAL TRAINERIN
MENTAL COACH
UND OUTDOOR TRAINER

www.balancecoach.hamburg

BRINGEN SIE BEWEGUNG IN IHR LEBEN!

Wie auch kleine & effektive Bewegungen im Alltag zu Veränderungen im Geist & Körper führen, erfahren Sie bei mehreren kleinen Einheiten an der frischen Luft und im Raum.

Wer die wohltuende Wirkung von Sport in der Natur erlebt, der sucht sich auch in seinem Alltag Bewegungsmöglichkeiten. Tipps und Tricks, den Wohlfühlfaktor Natursport und seine positiven Aspekte zur Entspannung, auch vom stressigem Alltag, einzusetzen.



**HENRIETTE
GARCZORZ**

BUSINESS COACH
ZERTIFIZIERTER
KOMPETENZENBILANZ-COACH
TRAINERIN UND DOZENTIN

www.navigare-coaching.de

KOMPETENT IN EIGENER SACHE!

Wenn Sie wissen, was Sie wirklich können, ist Ihr Erfolg zum Greifen nah!
Eine Expedition ins Reich Ihrer persönlichen Stärken. Finden Sie heraus, was Sie wirklich gut können.

Kompetenzen sind unser Alleinstellungsmerkmal und ebnen den Weg zum Erfolg.

Wer seine persönlichen Kernkompetenzen kennt, tritt selbstbewusster und authentischer auf.



**CHRISTINE
BILGES**

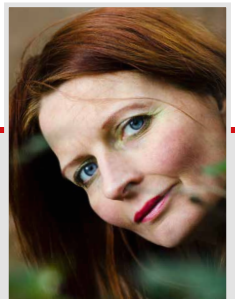
SYSTEMISCHE COACH
TELEFONAKQUISITEURIN
COACHING FÜR DIE
TELEFONAKQUISE
SEMINARLEITERIN

www.erfolgreiche-telefonakquise.de

ANRUF – ANGEBOT – AUFTRAG

Geschäftsaufbau folgt klaren Strategien und bestimmten Prozessabläufen. Ein florierendes Business benötigt Kunden für die Sie im Service sein wollen.
Eine gelungene Kundenansprache beinhaltet vier Komponenten und ist ein Mix aus Strategie, Enthusiasmus und Können.

In kleinen Gruppen lernen Sie Tools kennen, worauf es ankommt, um Ihr Geschäft gewinnbringend zu betreiben.



**CHRISTIANE
KOMAREK**

GESCHÄFTSFÜHRERIN DER
ROCK-A-FELLOW GMBH
VOICECOACH,
ROCKSTARTRAINERIN
SINGER-SONGWRITER
DIANE BLISS

www.dianebliss.jimdo.com

LADYTALK – EFFEKTIVE SPRACHE FÜR FRAUEN IM BUSINESS UND PRIVAT

Eine Frau kann sich in Ihrem Leben durch eigene Anstrengung alles erarbeiten – doch einer Lady möchte man dienen und sie erfreuen.

Wie können wir Frauen uns zu einer Lady transformieren?
1. Haltung | 2. Stimme | 3. Sprache
Hier gibt es die Verwandlung von der Arbeitsbiene zur Business Lady.



**ANDREA
SCHWEIGER**

WOW COACH, GRÜNDERIN
DER WOW FACTORY
LIFESTYLE COACH

www.edelundadel.com

BEWEGE DEIN OUTFIT – DER WOW EFFEKT

Kleider machen Leute, das ist ein alter Spruch mit viel Aktualität. Denn wie Sie sich kleiden, so kommunizieren Sie ohne Worte schon jede Menge über sich.

Nutzen Sie Kleidung, Frisur und Accessoires bewusst, um Ihr Business anzuschleichen?
Was gehört alles zum WOW EFFEKT?
Wie erziele ich ein WOW – werde gesehen und wirke authentisch?



**OLIVIA
DORN**

COACH FÜR BERUFLICHE
ORIENTIERUNG UND
NEWPLACEMENT
MIT AUSBILDUNG IN
EIGNUNGSDIAGNOSTIK
SYSTEMISCHE BERATUNG

www.oliviadorn.de

ES GIBT KEINEN ZWEITEN ERSTEN EINDRUCK ...

Immer wenn wir auf Menschen treffen, bilden wir uns intuitiv und in kürzester Zeit einen ersten Eindruck.
Früher war das lebenswichtig, heute ist es erfolgsentscheidend. Welche Kompetenzen werden Ihnen auf die Schnelle zugeschrieben?

Hier erhalten Sie die Möglichkeit eine Vielzahl Rückmeldungen auf offene und wertschätzende Art zu erhalten und zu geben. Das schult den eigenen Auftritt und die Intuition und ist hilfreich für Business und Privatleben.