



1



Anna Langheiter

- Trainerin
- Trainingsdesignerin
- Buchautorin

- Zertifizierter Coach (Gunther Schmidt)
- Mediatorin

- Bergwanderführerin

2

- M. A. "Workplace Health Management"
- Diplom-Verwaltungswirt (FH)
- Personalentwickler (IHK)
- Zertifikatsstudiengang „Gesundheitspsychologie“
- Zertifizierter Coach, zertifizierter Mediator
- Zertifizierter Trainingsdesigner und Transferdesigner
- Trainer für erfahrungsorientiertes Lernen
- Zertifizierter ZRM®-Trainer, PSI-Kompetenztrainer
- Fachsportlehrer, Yogalehrer, Präventionstrainer
- Heilpraktiker für Psychotherapie
- Ehemaliger Erstsprecher für Geisel-, Suizid- und Bedrohungslagen, taktischer Sprecher und Sicherheitssprecher der Polizei.



3

Selbst entscheiden,
was wichtig für
mich ist.

Auf ressourcen-
orientierte Art mit sich
und anderen
umgehen.

Lernen die eigenen
Ressourcen zu
entdecken.

Entscheidungs-
spielraum und
Handlungsrepertoire
erweitern.

Sich ressourcen-
orientiertes, lustvolles
Selbstmanagement
aneignen.

4

Anna und der Wolf

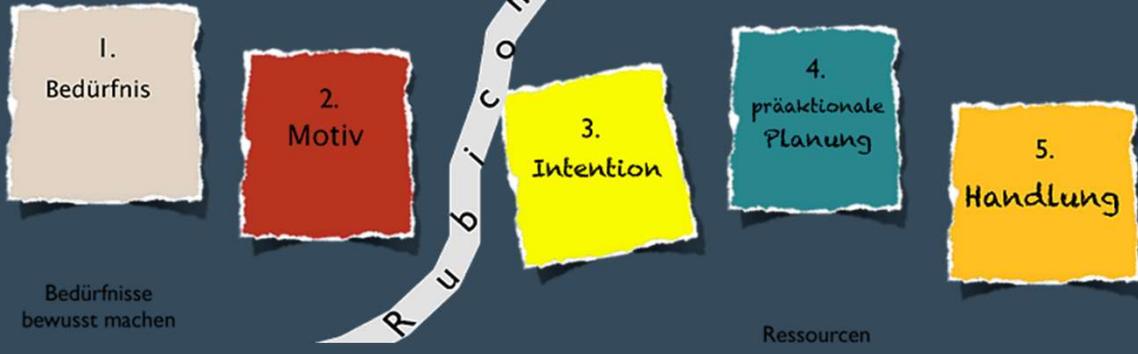


5

ZRM und Wandern

- ZRM – Selbstmanagement-Methode
- Kombination von Theorie & Praxis
- Natur als Verstärker

6



7



8

Unterkunft - Wildschönau



9

Unterkunft - Wildschönau



10



Das etwas andere Seminar - Datum und Zeiten

Termin und Zeiten

- Start: Mittwoch, 24.09.2025 um 16:00 Uhr
- Ende: Sonntag, 28.09.2025 um 11:00 Uhr

Ablauf

- 24.09.2025: Anreise & gemeinsamer Einstieg am Abend
- 25. – 27.09.2025: Seminareinheiten & Wanderungen
- 28.09.2025: Transfer in den Alltag & Abreise

Das etwas andere Seminar - Unterkunft und Investition

Unterkunft

- Ferienhaus mit Doppelzimmerbelegung oder Matratzenlager in Wildschönau Mühltal, Tirol, Österreich

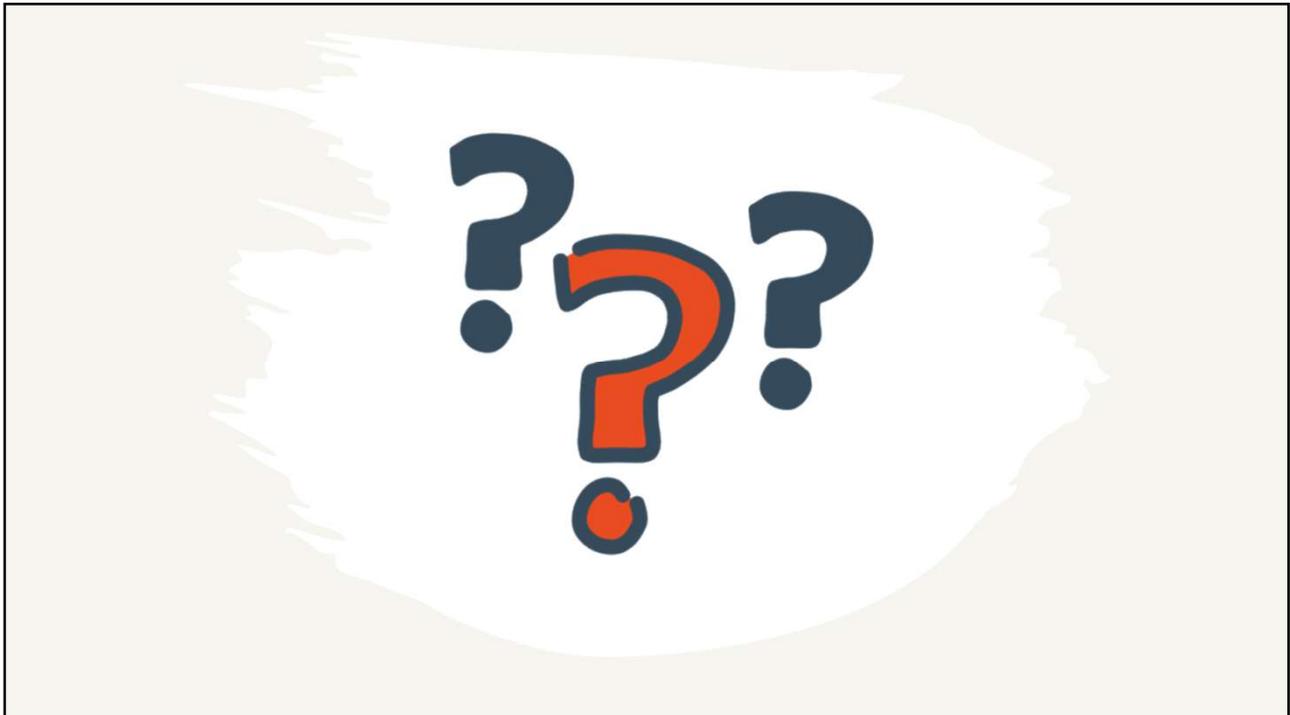
Öffentliche Anreise:

- Zug bis Wörgl, Bus bis Wildschönau Mühltal

Investition:

- 1.290,00 € zzgl. UST inkl. Verpflegung in Selbstversorgung und Unterkunft im Doppelzimmer oder Matratzenlager

13



14



[Link zu den Terminen](#)

Kurz erklärt	Trainingsdesign Expert – Präsenztraining	Trainingsdesign Expert – Blended
Trainingsdesign kompakt: mit KI	KI für Trainer:innen	EOL – Train the Trainer
ZRM mit Wandern	Messen, Kongresse & Tagungen	

15



Have
the end
in mind!

16

16