



KERN ESSENZ

MALLORCA | 17. – 23. MAI 2020

# SELBSTBEWUSSTSEIN, SELBSTWERT & WACHSTUM

**PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG DER EXTRAKLASSE**



## 7 TAGE WIRKUNG

Sie werden sich wundern, was Sie in Ihrem Umfeld, allein durch Ihre eigene Veränderung, bewirken. Am authentischsten, ob als Coach, als Freund oder einfach ‚nur‘ als Mitmensch sind wir dann, wenn wir selbst leben, wovon wir sprechen.



## METHODE

Kern!/Coaching ist eine innere Einstellung und geht weit über reines Methodenwissen hinaus. Der Weg des Kern!/Coachs führt über mich selbst und über meine Fähigkeit präsent und achtsam zu sein.  
**Raus aus dem Verstand  
und rein ins echte Leben.**

› DER EINZIGE MENSCH, DER SICH UM IHRE ZIELE, IHRE GESUNDHEIT UND IHRE BEDÜRFNISSE KÜMMERN KANN UND WIRD, SIND SIE SELBST ‹

# DAVOR IST ALLES SCHÖN **DANACH BESSER**



## **DIE ESSENZ**

- ◆ **Öffnet den Raum sich selbst zu helfen**
- ◆ **Ermächtigt seine eigenen Antworten zu finden**
- ◆ **Schafft Klarheit und generiert echte Lebensfreude, Lebendigkeit, Mut und Kraft**
- ◆ **Wir haben alle für uns richtigen Lösungen, Möglichkeiten und Wege in uns selbst**



## KERN ESSENZ

THINK  
OUTSIDE  
THE BOX

ES GIBT NUR EINEN WEG,  
DER RICHTIG FÜR DICH IST:

## DEIN EIGENER



### WAS PASSIERT

Individuelles Re- & agieren aus dem jeweiligen Gruppenkontext heraus. Im Hier und Jetzt ergibt sich von selbst welche Inhalte und Themen, in welcher Reihenfolge am sinnvollsten und am nachhaltigsten für den EINZELNEN und für die Gruppe sind.

Sie werden dort abgeholt, wo Sie gerade stehen und wir 'reisen' so, dass alle INDIVIDUELL und gemeinsam profitieren und mit gutem Gefühl dort ankommen, wo Neues erlebbar und UMSETZBAR ist.

### BAUSTEINE

- ✦ Wie durchbreche ich Muster und bin wirklich **selbstbestimmter Gestalter** meines Lebens
- ✦ Wie **setze ich endlich nachhaltig um**, was ich unter Umständen längst kognitiv weiss
- ✦ Wie **löse ich mich** aus eingefahrenen zwischenmenschlichen Verstrickungen mit Eltern, Partnern, Kindern, Geschäftsbeziehungen
- ✦ Wie finde ich (m)ein **Ziel**, falls ich nicht mehr weiß was ich will
- ✦ Wie bin ich immer bewusster im **Hier und Jetzt**
- ✦ Wie finde ich zu meiner inneren Mitte und **erlebe** Gelassenheit, Zufriedenheit und Entspannung
- ✦ Welche Rolle spielen Glaubenssätze, erlebte Verletzungen und Dramen der Vergangenheit
- ✦ Erkennen von eingefahrenen Verhaltensmustern mit **Möglichkeiten auszusteigen**
- ✦ **Abgrenzung** gegenüber Erwartungshaltungen Anderer und denen der Gesellschaft
- ✦ **Ruhe und Selbstvertrauen** auch in herausfordernden Situationen
- ✦ **Verständnis** für angstmotivierte Verhaltensketten und **neuer Umgang mit Ängsten**
- ✦ Steigerung der **Präsenz** und Entwicklung von **mehr Akzeptanz** für sich selbst und andere
- ✦ **Lebensveränderndes** Bewusstsein über den Kreislauf von Reizen, Gefühlen, Gedanken, Handlungen und **konkrete Handlungsalternativen**
- ✦ **Das Spüren und Erleben, dass Sie immer und überall eigenverantwortlich entscheiden können, frei von äusseren Umständen**



## NACH DEM WALK THE TALK

### ICH BIN MIR MEINER EINZIGARTIGKEIT BEWUSST

und weiß auf entspannte Weise, meine mir **innewohnende Stärke**, meine **Energie** und mein neugewonnenes **Selbstvertrauen** zu schätzen und einzusetzen

### ICH HABE EINE GROSSE AUSWAHL

an Möglichkeiten, Aufgaben, richtungsweisender Veränderungs Hilfen und zahllose Werkzeuge für mein neues **selbstbestimmtes** Leben 2.0

### ICH KANN DIE ERKENNTNISSE UND ERFAHRUNGEN

direkt **erfolgs- und gewinnbringend** für mich selbst und andere anwenden

WAS IST BESSER ALS ZU WISSEN,  
DASS ES GUT WAR

# FEEDBACK MORE THAN FACTS

MEHR FEEDBACK: [KERN-ESSENZ.DE](http://KERN-ESSENZ.DE)

## REAL

Besser als darauf zu vertrauen  
und zu hoffen, dass es gut wird,  
ist sich mit den Menschen zu  
unterhalten, die dabei waren.  
Gerne stellen wir den  
direkten Kontakt her.



KERN ESSENZ

### ANJA MERKEL, 42 | ANWÄLTIN, MEDIATORIN

Ich bin davon überzeugt, dass das Walk The Talk bei Kern Essenz zu der **mit Abstand besten Ausbildung** zählt, die ich jemals miterleben durfte. Wir haben in der Tat für unser Leben gelernt. Das gesamte von Jo vermittelte Wissen war von Anfang bis Ende einleuchtend, klar verständlich und umsetzbar. Es war phänomenal, was dabei schon nach kürzester Zeit entstand, sich über den gesamten Zeitraum weiterentwickelte und am Ende so stark war, dass wir alle mit einem neuen Bewusstsein aus diesen Tagen hervorgegangen sind.

### KATHLEEN KLOSS, 33 | INHABERIN MINDFULNESS YOGA

Diese Tage bei Jo waren für mich klare Transformationsarbeit **zu allem hin was ich bin**. Ich wollte immer etwas finden, was alles was wir sind, abholt, berührt und auch verständlicher macht. Ich habe es gefunden. Diese Ausbildung gibt mir gigantische neue Möglichkeiten. Auch in meinem Job kann ich jetzt mit meinen Kunden in ein neues Bewusstsein gehen. Ich kann sie in ihren Themen ganz anders abholen und begleiten. Ich wollte schon immer tief und auch auf eine Art therapeutisch arbeiten. Das kann ich jetzt. **Das was ich in dieser Ausbildung gelernt und erfahren habe wird mich ab jetzt und für immer begleiten!**

### CHRISTIAN RIES, 39 | PREMIUM PERSONAL TRAINER, HEALTH COUCH

WOW. WAHNSINN. PHÄNOMENAL. DANKE! Danke für diese bereichernde Zeit. Du hast uns allen einen Raum aufgemacht und ihn die gesamte Zeit über gehalten. Einen Raum in dem ich mich sicher und geborgen fühlte und indem ich meine **wahre Grösse** kennengelernt habe. Ein Raum voller Energie und Leichtigkeit. Mit all diesem von dir vermitteltem Wissen freue ich mich auf mein neues Ich und mein neues, noch erfolgreicherer Leben, denn ich spüre: Deine Tools wirken. **Wenn Du mehr zu Dir selbst kommen möchtest und Klarheit, Selbstvertrauen und Erfolg suchst, bekommst Du all das hier!**

### MARKUS BRÄUTIGAM, 55 | REGISSEUR, SUPERVISOR

Ich spürte mit einem Mal am eigenen Leib **eine Kraft**, die nur die Quantenphysiker sich ausdenken und ‚ungläubige Analphabeten‘ wie ich niemals verstehen wollen. Spürte Abgründe in mir selbst, war zutiefst erstarrt oder mit neuer Tatkraft vollgetankt... Ja, all das war da und wirkte. Und wie mir schnell klar wurde: weder zufällig noch gruppendynamisch kriert, noch von irgend-einem esoterischem Pseudorauch angeheizt sondern einfach bewusst und absichtslos hervorgerufen durch die Präsenz von Jo. **Die Akzeptanz der Vielfalt war die einzige ‚Regel‘, die galt.** Kern//Coaching ist klar, fassbar, sehr fruchtbar, spannend, ansprechend und kraftvoll! **Und das aller BESTE: es wirkt!**

› UNSERE ERSTE AUFGABE IST ES, UNS SELBST GLÜCKLICH ZU MACHEN.  
SIND WIR GLÜCKLICH, MACHEN WIR AUCH ANDERE GLÜCKLICH ‹



## DIE LOCATION



Die wunderschöne Finca mit grosszügigem Aussenbereich, Terrassen und privatem Pool, bietet bis zu 17 Gästen ein zweites Zuhause.

Der traumhafte Blick auf die Bucht von Palma gibt dem ganzen Anwesen einen besonderen Flair.

Hier kann man wunderbar geniessen, Sonne tanken und die Seele baumeln lassen.

Die riesige Terrasse, der wunderschöne Pool, die gemütliche Chillout-Area mit Barbecue und Sommerküche und die stil- und liebevoll eingerichteten Zimmer tun ihr übriges um sich ganzheitlich wohl zu fühlen. Die Finca teilt sich in zwei eigenständige Gebäude von je 240 m<sup>2</sup> auf.





Das Anwesen ist perfekt für Menschen und Freunde, die zusammen Zeit verbringen, jedoch gleichzeitig Wert auf Privatsphäre legen.

Schlafzimmer: 8

Badezimmer: 6

Größe: 480 m<sup>2</sup>

Grundstücksfläche: 9000 m<sup>2</sup>

Ca. 20 Autominuten nach Palma

Zu unterstreichen sind die exklusiv ausgestatteten Küchen, die Chillout Zone mit 2 Barbecues und Panoramablick, superschnelles unlimited Wifi mit Glasfaser, Waschküche, Weinkeller, und Radkeller.



# ACHTUNG

Das Walk The Talk ist nur für Menschen, die sich **WIRKLICH** verändern **WOLLEN**.

Sie werden nach diesen 7 Tagen die Welt anders wahrnehmen und eine andere Ausstrahlung ihr eigen nennen !/!



## 7 TAGE WACHSTUM

### START/ANREISE MALLORCA

Individuelle Anreise Samstag, den 16. Mai 2020 | Abholung vom Flughafen

### LOCATION

Wir sind in einer traumhaften Location, in der für jeden Teilnehmer ein Einzelzimmer zur Verfügung steht und in der genug Raum ist, sich zurück zu ziehen, zu Entspannen, Platz zu haben, Durchzuatmen, die Natur, den Luxus und die Schönheit zu genießen

### VERPFLEGUNG

Sie haben die Möglichkeit kulinarisch vor Ort versorgt zu werden. Diesbezüglich klären wir alles rechtzeitig im Vorfeld

### ABLAUF

SA, 16.05.20 Anreisetag | Ankommen, Einleben, Entspannen  
SO, 17. - SA, 23.05. Walk The Talk | 7 Tage  
SO, 24.05. Abreisetag

### ABREISE

Das Walk The Talk endet Samstag Abend den 23.05.20 | Abreisetag ist der 24.05. | Transfer

### FOLGEBAUSTEINE I-V IN MÜNCHEN

Ausbildung zum Kern!/Coach (kann nach dem Walk The Talk entschieden werden):

#### Block I & II:

Zusammenfassung, ergänzendes Wissen, Klärung individuell entstandener Fragen im Alltag

#### Block III & IV:

Fokus auf den Coaching-Kontext. Praxisfragen. Verfeinern und Erweitern der individuellen Vorgehensweisen, Möglichkeiten und Coachingstärken. Klärung offener Fragen, Feedback

#### Block V:

ABSCHLUSS-BLOCK: Erneuter Transfer. Abschluss der Ausbildung und Erhalt der Zertifizierung. Die Termine werden gemeinsam festgelegt. Zeitlich anvisierte Abstände zwischen den Blöcken 4-8 Wochen



**KERN ESSENZ**

# **INVESTITION IN SICH SELBST NEUE ENERGIE & SELBSTBEWUSSTSEIN**

## **WALK THE TALK | MALLORCA**

Kosten für das Walk The Talk und die Kern//Coaching Ausbildung mit Zertifizierung, Trainingsmaterial, Unterlagen, Know-how Übergabe und der Freigabe sämtlicher Inhalte, Übungen und Tools auf unbegrenzte Zeit

Ausbildung	7 Tage	2.400,00 €
Übernachtung	8 Tage	980,00 €
<hr/>		
Insgesamt		3.380,00 €

## **AUFBAUEND/ OPTIONAL**

Block I - V | München  
Pro Block je 2 Tage am Stück |  
Nachbetreuung zwischen den Modulen

Trainingstag	240,00 €
Pro Block	480,00 €

\*Anreise/Flug ist separat zu buchen \*Ausbildungs- und Reisekosten sind in der Steuererklärung absetzbar





# JO KERN

„Es geht um SIE, IHREN Erfolg, IHREN Reichtum. Um mehr  
Lebensglück, Selbstbewusstsein, Gelassenheit und  
Entspannung FÜR SIE.“

› **IHR WACHSTUM IST MEIN ERFOLG** ‹

WAS JO KERN AUSZEICHNET?

**Die Liebe zum Menschen. Ihr gelebtes authentisches und  
erprobtes Wissen. Jahrzehntelange Erfahrung: WALKTHETALK!/  
Und vor allem: Die Freude auf SIE!**

- ✦ **Mitbegründerin und Entwicklung der Trainingsfirma Materne Training**
- ✦ **Gründerin des Unternehmens Kern Essenz - Experte für Wachstum**
- ✦ **Entwicklung und Durchführung der exklusiven Kern!/Begleitung**
- ✦ **High-class Coaching, Führungskräfte-Einzelcoaching**
- ✦ **Exklusiv Kern!/Coach, Kern!/Trainerin und Kern!/Profilerin**
- ✦ **Entwicklung und Durchführung von Vortragsreihen national und international mit dem Schwerpunkt Selbstheilung**
- ✦ **Entwicklung und Durchführung der Ausbildungen zum Kern!/Profiler und Kern!/Coach**
- ✦ **Entwicklung und Durchführung der exklusiven Persönlichkeitsentwicklung Walk The Talk**





**KERN ESSENZ**



**SIE HABEN NOCH FRAGEN?**

---

**KONTAKTIEREN SIE UNS,  
WIR KLÄREN ALLES GEMEINSAM  
UND FREUEN UNS SIE ZU BERATEN.**

**WENN NICHT JETZT,  
WANN DANN /?!/**

› DIE WERTVOLLSTE  
INVESTITION DIE SIE TÄTIGEN KÖNNEN,  
IST DIE INVESTITION IN SICH SELBST ‹

# ANMELDUNG

**MALLORCA | 17. – 23. MAI 2020**

**NAME**

---

**FIRMA**

---

**ADRESSE**

---

**TELEFON/ HANDY**

---

**EMAIL**

---

**ORT**

---

**DATUM**

---

**SIGNATUR**

---

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

**WALK THE TALK | PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG DER EXTRAKLASSE € 2.400,00 |  
€ 980,00 ÜBERNACHTUNG NACH ERHALT DER RECHNUNG CA 6 WOCHEN VOR BEGINN.**

Der Preis versteht sich zuzüglich 19% Mehrwertsteuer und exklusive Verpflegungskosten.  
Das Walk The Talk ist auf eine Teilnehmerzahl von 6 Personen begrenzt. First come, first serve.

Rücktritt

Eine Rückerstattung nach verbindlicher Anmeldung ist nur durch das Stellen einer Ersatzperson möglich.  
Ab 10 Wochen vor Beginn werden die Weiterbildungs- und Unterbringungskosten zu 100% fällig.

**Gerne können Sie uns Ihre Anmeldung via Mail zukommen lassen  
hello@kern-essenz.de**





# KERN ESSENZ

Experte für Wachstum

**KERN ESSENZ**

**Clemensstrasse 75  
80796 München**

**089. 201 888 62**

**Kern-Essenz.de**

**JO KERN**

**Geschäftsführung  
Coaching|Profiling|Training**

**01573. 27 11111**

**jk@kern-essenz.de**