



Sportkreis  
Main-Taunus e.V.  
im Landessportbund Hessen

## „Ich weiß, was ich will und kann.“

- Wie Sie sich erfolgreich Ziele setzen und sie erreichen -

- Thema:** Ich weiß, was ich will und kann
- Termin:** Samstag, 30. Oktober 2021
- Uhrzeit:** 10.00 bis 17.00 Uhr (Anreise bis 9.45 Uhr)
- Ort:** Aula der Brühlwiesenschule, Gartenstr. 28, 65719 Hofheim
- Leitung:** Kathrin Zimmermann, Sportkreis Main-Taunus e.V.
- Referent/in:** **Dr. Andrea Fink-Jacob**, Diplom-Pädagogin, Systemische Beraterin (SG), Coach (THM), Referentin für Biografiearbeit (LebensMutig e.V.), Ludwigsau
- Kooperation:** Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.
- Inhalt:** Frauen tragen viele Potentiale in sich. Nur leider kommen die häufig nicht zum Tragen, weil wir selbst uns sabotieren und es uns nicht zutrauen, unsere Fähigkeiten zu entfalten und ins rechte Licht zu rücken. Doch auf Dauer macht es unzufrieden, immer nur mit angezogener Handbremse zu fahren. Ein Großteil unserer Zufriedenheit – beruflich wie privat – unterliegt unserer eigenen Gestaltungskraft und unserem Willen. Das ist uns oftmals nicht präsent.
- In dieser Veranstaltung geht es darum, uns über unsere eigenen Potentiale und Möglichkeiten klar zu werden und uns bewusst zu machen, was in uns steckt. Dies versetzt uns in die Lage, SMARTe Ziele zu formulieren und Wege zu finden, diese auch zu erreichen. So können wir zu mehr Zufriedenheit und Selbstentfaltung in allen Lebensbereichen gelangen.
- Inhalte sind:
- Standortbestimmung - Wo stehe ich und wo will ich hin?
  - Meine Fähigkeiten und Potentiale
  - Hindernisse auf dem Weg zum Ziel ausräumen
  - SMARTe Ziele formulieren und erreichen
  - Erfolgreiche Selbst-PR und andere Handwerkzeuge
- Kosten:** 25 EUR für aktive Übungsleiter/Trainer aus Vereinen des MTK gegen Nachweis  
40 EUR für alle sonstigen Teilnehmer/Interessenten



Sportkreis  
Main-Taunus e.V.  
im Landessportbund Hessen

Die Teilnahmegebühr ist zahlbar direkt nach Erhalt einer Anmeldebestätigung unter dem Verwendungszweck „EAF2021“ auf das Konto des Sportkreises Main-Taunus bei der Taunus-Sparkasse:

IBAN DE15 5125 0000 0038 0015 58

BIC HELADEF1TSK

**Verpflegung:**

Getränke stehen kostenfrei zur Verfügung.  
Selbstverpflegung – Einkaufsstraße fußläufig erreichbar

**Anmeldung:**

Anmeldung ausschließlich online über die Homepage des Sportkreises Main-Taunus e.V. ([www.sportkreis-main-taunus.de](http://www.sportkreis-main-taunus.de) → Termine) bis zum 28.10.21

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an: Servicestelle Sport, Kathrin Zimmermann,  
E-Mail: [info@sk-mtk.de](mailto:info@sk-mtk.de), Telefon: 06192 22957

**Infos:**

**Entsprechend der aktuellen Corona-Schutzverordnung (ab 16.09.21) ist eine Teilnahme nur unter Einhaltung der 3G-Regel möglich. Bitte bringen Sie einen aktuellen Negativnachweis (Impfnachweis, Genesenennachweis oder max. 24 Std. alter Schnelltest) mit.**

Mit der Anmeldung wird dem Veranstalter die Erlaubnis erteilt, während der Fortbildung Foto- und Filmaufnahmen zu machen und diese Aufnahmen im Zusammenhang mit der Veranstaltung für die Öffentlichkeitsarbeit und die Dokumentation, analog und digital, zu verwenden. Unsere Datenschutzerklärung informiert nach Art. 13, 14 und 21 DSGVO über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten durch uns. <https://www.sportkreis-main-taunus.de/wir/datenschutzerklaerung.html>

**Rücktritt:**

Entgegen den allgemeinen Teilnahmebedingungen ist ein **Rücktritt bis zum 15.10.21 kostenfrei möglich** – danach nur, wenn ein Ersatzteilnehmer gefunden wird