

LADIES DRIVE

DAS BUSINESSMAGAZIN FÜR LADIES MIT DRIVE



INTERNATIONALE KARRIEREN

GIULIA FITZPATRICK, ISABEL AFONSO UND KIM CHAKANETSA

FEATURING: DIANA VERDE NIETO

Sheila Lirio Marcelo, Petra Jantzer, Véronique Goy Veenhuys, Antje Post, Karima Sundrani, Karin Jeker, Kamales Lardi, Anita Keller

DAS BUSINESSMAGAZIN

FÜR LADIES MIT DRIVE

No. 28 . Winter 2014/2015 . 7.8. Jahrgang
Ausgabe Schweiz & Deutschland

Schweiz CHF 15.- Europa EUR 11.-



9 771662 575007 04

GESUCHT – GEFUNDEN

DIE COACHEES STEHEN FEST

Text: Angie Eichler, Fotos: Martin Larcher (Stefan Labas), Josep Aran (Helga Bollinger), Birgit Klemt (Kerstin Elsner)

Gemeinsam mit dem renommierten Anbieter für Personaltraining und Gesundheitscoaching labas results in Rüslikon suchen wir in der letzten Ausgabe interessierte Ladies, die Motivation, Zeit und Engagement für ein ganzheitliches Coaching für Körper und Geist mitbringen.

Die Resonanz auf unseren Aufruf war überwältigend. Entsprechend schwer war die Auswahl. So viele spannende und interessante Bewerbungen haben uns erreicht, und eigentlich wäre jede dieser Frauen für das Coaching geeignet gewesen. Wir mussten uns aber entscheiden. Warum genau diese beiden Frauen ausgewählt wurden? Dazu sagt Coach Stefan Labas: „Die Lebenssituationen der beiden und die Herausforderungen, mit denen sie zu kämpfen haben, spiegeln das wider, was viele von uns kennen und womit man sich gut identifizieren kann.“

Unsere Coachees:



Helga Bollinger, 60, gestandene Karrierefrau, stellt sich neuen Herausforderungen.

Helga Bollinger, Jahrgang 1954, lebt und arbeitet in Barcelona, ist nach wie vor tief mit der Schweiz verbunden. Helga hat bereits einiges erreicht im Leben und steht nun wieder vor neuen Herausforderungen und Fragestellungen: Wie geht es weiter im Beruf, privat und für sich selbst. Bisher war sie immer in grossen Firmen tätig und strebt jetzt, mit 60 Jahren, die Selbstständigkeit an. Ein Schritt, der viele Fragen und grosse Herausforderungen mit sich bringt. Für Helga Bollinger bedeutet das Ziel-Coaching daher eine Chance, sich neu auszurichten und auf den nächsten Lebensabschnitt vorzubereiten. Sich neu zu organisieren und zu fokussieren.

Kerstin Elsner, Jahrgang 1971, steht voll im Berufsleben und muss zusätzlich noch ihre zwei Kinder unter einen Hut bringen. Karriere – Familie – Kinder, eine Situation, die viel Kraft kostet



Kerstin Elsner, 43, ist 2-fache Mama und will ihrem Leben mehr Gleichgewicht verleihen.

und eine Frau schon mal aus dem Gleichgewicht bringen kann. Daher steht das Wiederfinden der inneren und äusseren Balance bei Kerstin im Zentrum. Ihr Coaching-Ziel ist das Erreichen einer ausgewogenen Work-Life-Balance, verbunden mit einem optimalen Zeitmanagement. Dazu gehören auch noch gesunde Ernährung und der richtige und effiziente Sport.

Für die beiden übergelücklichen Ladies startet das Coaching mit einer umfangreichen Bestimmung ihrer physischen und psychischen Verfassung. Personal-Coach Stefan Labas erklärt: „Wir machen eine Standortbestimmung, um ein vollständiges Profil zu erstellen.“ Anhand dieser Daten und unter Einbeziehung der definierten Ziele entwickelt der Profi gemeinsam mit seinen Coachees ein Step-by-Step-Programm. Stefan verspricht: „Die ersten drei Monate werden für die beiden sehr intensiv sein. Aber es wird sich auszahlen.“



Stefan Labas, Geschäftsführer von labas results, ist erfahrener Coach mit 25 Jahren Berufserfahrung im Bereich Karriere und Weiterbildung.

Weiterführende Informationen: Auf unserem Blog www.ladiesdrive.tv sowie www.labas.ch