

# 2024



|                           |  |  |                          |
|---------------------------|--|--|--------------------------|
| Bildungs-<br>Urlaub<br>BU | Offene<br>Seminar-<br>termine / Kompetenz-<br>training | Tier-<br>kom-<br>muni-<br>kation<br>TK | Pferde-<br>Trai-<br>ning |
|---------------------------|--|--|--------------------------|

www.ostendorf-seminare.de

| Januar |                               | Februar |                         | März  |                         | April |                      | Mai   |                              | Juni  |                                     |
|--------|-------------------------------|---------|-------------------------|-------|-------------------------|-------|----------------------|-------|------------------------------|-------|-------------------------------------|
| 1 Mo   | 1                             | 1 Do    |                         | 1 Fr  | Briesen                 | 1 Mo  | 14                   | 1 Mi  |                              | 1 Sa  | Einführungskurs Tier-               |
| 2 Di   |                               | 2 Fr    |                         | 2 Sa  | Schnuppertage: Pferd    | 2 Di  |                      | 2 Do  |                              | 2 So  | kommunikation (Niebede)             |
| 3 Mi   |                               | 3 Sa    | Einführungskurs Tier-   | 3 So  | Bogensch. RH Gr. Br.    | 3 Mi  |                      | 3 Fr  |                              | 3 Mo  | BU: Teamfähig?                      |
| 4 Do   |                               | 4 So    | kommunikation (Niebede) | 4 Mo  | 10                      | 4 Do  |                      | 4 Sa  |                              | 4 Di  | Teamarbeit, Kooperation &           |
| 5 Fr   |                               | 5 Mo    | 6                       | 5 Di  |                         | 5 Fr  |                      | 5 So  |                              | 5 Mi  | Kommunikat. im berufl. Umfeld       |
| 6 Sa   |                               | 6 Di    |                         | 6 Mi  |                         | 6 Sa  |                      | 6 Mo  | 19                           | 6 Do  | Reiterhof Groß                      |
| 7 So   |                               | 7 Mi    |                         | 7 Do  |                         | 7 So  |                      | 7 Di  |                              | 7 Fr  | Briesen                             |
| 8 Mo   | BU: Ich gehe meinen           | 8 Do    |                         | 8 Fr  |                         | 8 Mo  | 15                   | 8 Mi  |                              | 8 Sa  |                                     |
| 9 Di   | Weg - Selbstwirksamkeit       | 9 Fr    | Weiterbildung in Phasen | 9 Sa  |                         | 9 Di  |                      | 9 Do  | Was bin ich mir SELBST       | 9 So  |                                     |
| 10 Mi  | im berufl. Kontext            | 10 Sa   | der Neuorientierung     | 10 So |                         | 10 Mi |                      | 10 Fr | WERT? Achtsamkeit, Wahr-     | 10 Mo | 24                                  |
| 11 Do  | Reiterhof Groß                | 11 So   | RH Gr. Briesen          | 11 Mo | 11                      | 11 Do |                      | 11 Sa | nehmung & Reflexion mit      | 11 Di |                                     |
| 12 Fr  | Briesen                       | 12 Mo   | 7                       | 12 Di |                         | 12 Fr |                      | 12 So | Int. Bogenschießen (Niebede) | 12 Mi |                                     |
| 13 Sa  |                               | 13 Di   |                         | 13 Mi |                         | 13 Sa | TK Weiterf. Bodyscan | 13 Mo | 20                           | 13 Do |                                     |
| 14 So  |                               | 14 Mi   |                         | 14 Do |                         | 14 So | TK Übung (Niebede)   | 14 Di |                              | 14 Fr |                                     |
| 15 Mo  | BU: Stress-                   | 15 Do   |                         | 15 Fr | Weiterbildung in Phasen | 15 Mo | 16                   | 15 Mi |                              | 15 Sa | TK Weiterf.: Der Kreislauf d.       |
| 16 Di  | bewältigung &                 | 16 Fr   |                         | 16 Sa | der Neuorientierung     | 16 Di |                      | 16 Do |                              | 16 So | Lebens aus Sicht d. Tiere (Niebede) |
| 17 Mi  | Burn-Out-Prophylaxe           | 17 Sa   |                         | 17 So | RH Gr. Briesen          | 17 Mi |                      | 17 Fr |                              | 17 Mo | 25                                  |
| 18 Do  | Reiterhof Groß                | 18 So   |                         | 18 Mo | 12                      | 18 Do |                      | 18 Sa | Positiv Denken -             | 18 Di |                                     |
| 19 Fr  | Briesen                       | 19 Mo   | BU:                     | 19 Di |                         | 19 Fr |                      | 19 So | Gedanken erschaffen          | 19 Mi |                                     |
| 20 Sa  |                               | 20 Di   | Zielfindung &           | 20 Mi |                         | 20 Sa |                      | 20 Mo | Realität (Niebede)           | 20 Do |                                     |
| 21 So  |                               | 21 Mi   | Umsetzungsstrategien    | 21 Do |                         | 21 So |                      | 21 Di |                              | 21 Fr |                                     |
| 22 Mo  | BU: Teamfähig?                | 22 Do   | Reiterhof Groß          | 22 Fr |                         | 22 Mo | 17                   | 22 Mi |                              | 22 Sa |                                     |
| 23 Di  | Teamarbeit, Kooperation &     | 23 Fr   | Briesen                 | 23 Sa |                         | 23 Di |                      | 23 Do |                              | 23 So |                                     |
| 24 Mi  | Kommunikat. im berufl. Umfeld | 24 Sa   |                         | 24 So |                         | 24 Mi |                      | 24 Fr |                              | 24 Mo | 26                                  |
| 25 Do  | Reiterhof Groß                | 25 So   |                         | 25 Mo | 13                      | 25 Do |                      | 25 Sa |                              | 25 Di |                                     |
| 26 Fr  | Briesen                       | 26 Mo   | BU:                     | 26 Di |                         | 26 Fr |                      | 26 So |                              | 26 Mi |                                     |
| 27 Sa  |                               | 27 Di   | Motivieren &            | 27 Mi |                         | 27 Sa | Individualkurs       | 27 Mo | 22                           | 27 Do |                                     |
| 28 So  |                               | 28 Mi   | Anleiten                | 28 Do |                         | 28 So | RH Gr. Briesen       | 28 Di |                              | 28 Fr |                                     |
| 29 Mo  | 5                             | 29 Do   | Reiterhof Groß          | 29 Fr |                         | 29 Mo | 18                   | 29 Mi |                              | 29 Sa | Coaching Tage                       |
| 30 Di  |                               |         | Briesen                 | 30 Sa |                         | 30 Di |                      | 30 Do |                              | 30 So | Bogensch. (Niebede)                 |
| 31 Mi  |                               |         |                         | 31 So |                         |       |                      | 31 Fr |                              |       |                                     |

# 2024



www.ostendorf-seminare.de

| Juli  |                        | August |                       | September |                                     | Oktober |                              | November |                         | Dezember |                         |
|-------|------------------------|--------|-----------------------|-----------|-------------------------------------|---------|------------------------------|----------|-------------------------|----------|-------------------------|
| 1 Mo  | 27                     | 1 Do   |                       | 1 So      | kommunikation (Niebede)             | 1 Di    |                              | 1 Fr     | Weiterbildung in Phasen | 1 So     | 1. Advent               |
| 2 Di  |                        | 2 Fr   | Positiv Denken -      | 2 Mo      | BU: Kommunikation,                  | 2 Mi    |                              | 2 Sa     | der Neuorientierung     | 2 Mo     | BU: Ich gehe meinen     |
| 3 Mi  |                        | 3 Sa   | Gedanken erschaffen   | 3 Di      | Kooperation & innere Klarheit       | 3 Do    | Was bin ich mir SELBST       | 3 So     | RH Gr. Briesen          | 3 Di     | Weg - Selbstwirksamkeit |
| 4 Do  |                        | 4 So   | Realität (Niebede)    | 4 Mi      | (Körpersprache)                     | 4 Fr    | WERT? Achtsamkeit, Wahr-     | 4 Mo     | 45                      | 4 Mi     | im berufl. Kontext      |
| 5 Fr  |                        | 5 Mo   | 32                    | 5 Do      | Reiterhof Groß                      | 5 Sa    | nehmung & Reflexion mit      | 5 Di     |                         | 5 Do     | Reiterhof Groß          |
| 6 Sa  | Coaching Tage          | 6 Di   |                       | 6 Fr      | Briesen                             | 6 So    | Int. Bogenschießen (Niebede) | 6 Mi     |                         | 6 Fr     | Briesen                 |
| 7 So  | Bogensch. (Niebede)    | 7 Mi   |                       | 7 Sa      | Coaching Tage                       | 7 Mo    | 41                           | 7 Do     |                         | 7 Sa     |                         |
| 8 Mo  | 28                     | 8 Do   |                       | 8 So      | Bogensch. (Niebede)                 | 8 Di    |                              | 8 Fr     |                         | 8 So     |                         |
| 9 Di  |                        | 9 Fr   |                       | 9 Mo      | 37                                  | 9 Mi    |                              | 9 Sa     |                         | 9 Mo     | BU: Stress-             |
| 10 Mi |                        | 10 Sa  |                       | 10 Di     |                                     | 10 Do   |                              | 10 So    |                         | 10 Di    | bewältigung &           |
| 11 Do |                        | 11 So  |                       | 11 Mi     |                                     | 11 Fr   |                              | 11 Mo    | BU: Stress-             | 11 Mi    | Burn-Out-Prophylaxe     |
| 12 Fr |                        | 12 Mo  | 33                    | 12 Do     |                                     | 12 Sa   | Einführungskurs Tier-        | 12 Di    | bewältigung &           | 12 Do    | Reiterhof Groß          |
| 13 Sa | Übung: Bogen (Niebede) | 13 Di  |                       | 13 Fr     |                                     | 13 So   | kommunikation (Niebede)      | 13 Mi    | Burn-Out-Prophylaxe     | 13 Fr    | Briesen                 |
| 14 So |                        | 14 Mi  |                       | 14 Sa     | Individualekurs                     | 14 Mo   | BU: Respektvolle             | 14 Do    | Reiterhof Groß          | 14 Sa    |                         |
| 15 Mo | 29                     | 15 Do  |                       | 15 So     | RH Gr. Briesen                      | 15 Di   | Kommunikation                | 15 Fr    | Briesen                 | 15 So    |                         |
| 16 Di |                        | 16 Fr  |                       | 16 Mo     | 38                                  | 16 Mi   | in Beruf und Alltag          | 16 Sa    |                         | 16 Mo    | 51                      |
| 17 Mi |                        | 17 Sa  |                       | 17 Di     |                                     | 17 Do   | Reiterhof Groß               | 17 So    |                         | 17 Di    |                         |
| 18 Do |                        | 18 So  |                       | 18 Mi     |                                     | 18 Fr   | Briesen                      | 18 Mo    | BU:                     | 18 Mi    |                         |
| 19 Fr |                        | 19 Mo  | 34                    | 19 Do     |                                     | 19 Sa   |                              | 19 Di    | Zielfindung &           | 19 Do    |                         |
| 20 Sa | TK Weiterf. Bodyscan   | 20 Di  |                       | 20 Fr     |                                     | 20 So   |                              | 20 Mi    | Umsetzungsstrategien    | 20 Fr    |                         |
| 21 So | TK Übung (Niebede)     | 21 Mi  |                       | 21 Sa     |                                     | 21 Mo   | 43                           | 21 Do    | Reiterhof Groß          | 21 Sa    |                         |
| 22 Mo | 30                     | 22 Do  |                       | 22 So     |                                     | 22 Di   |                              | 22 Fr    | Briesen                 | 22 So    |                         |
| 23 Di |                        | 23 Fr  |                       | 23 Mo     | 39                                  | 23 Mi   |                              | 23 Sa    |                         | 23 Mo    | 52                      |
| 24 Mi |                        | 24 Sa  |                       | 24 Di     |                                     | 24 Do   |                              | 24 So    |                         | 24 Di    |                         |
| 25 Do |                        | 25 So  |                       | 25 Mi     |                                     | 25 Fr   |                              | 25 Mo    | 48                      | 25 Mi    |                         |
| 26 Fr |                        | 26 Mo  | 35                    | 26 Do     |                                     | 26 Sa   | TK Weiterf. Bodyscan         | 26 Di    |                         | 26 Do    |                         |
| 27 Sa | Coaching Tage          | 27 Di  |                       | 27 Fr     |                                     | 27 So   | TK Übung (Niebede)           | 27 Mi    |                         | 27 Fr    |                         |
| 28 So | Bogensch. (Niebede)    | 28 Mi  |                       | 28 Sa     | TK Weiterf.: Der Kreislauf d.       | 28 Mo   | 44                           | 28 Do    |                         | 28 Sa    |                         |
| 29 Mo | 31                     | 29 Do  |                       | 29 So     | Lebens aus Sicht d. Tiere (Niebede) | 29 Di   |                              | 29 Fr    |                         | 29 So    |                         |
| 30 Di |                        | 30 Fr  |                       | 30 Mo     | 40                                  | 30 Mi   |                              | 30 Sa    |                         | 30 Mo    | 1                       |
| 31 Mi |                        | 31 Sa  | Einführungskurs Tier- |           |                                     | 31 Do   |                              |          |                         | 31 Di    |                         |