



Die See bewegt

Individuelle Coaching-Törns auf dem
Traditionssegler Hendrika Bartelds



OCEAN 
Action Learning

Eine persönliche Erfahrungsreise

24 Stunden Coaching-Törn von Kiel
auf die Ostsee

in 3 Coaching-Varianten:

- A** Als Crew-Mitglied,
- B** Mit Pre-Call und Einzel-Feedback
an Bord durch Coaches
- C** Talent-Coaching mit
psychologischem Test,
digitalem Portrait und
individuellem Workbook
sowie Erfolgs-Check

PROGRAMM COACHING-TÖRNS

Der Törn startet in Kiel am Freitag Abend und endet am Samstag Abend. Das Programm beinhaltet neben dem OAL Sailtraining eine Übernachtung an Bord mit Verpflegung und Getränken.

Alle Teilnehmer werden voll ins traditionelle Bordleben auf einem Großsegler integriert: Mit Segel setzen, OAL Training sowie Mithilfe bei Navigation, Verpflegung und Service.

Sie können OCEAN ACTION LEARNING auf der Hendrika in 3 Coaching-Variation buchen:



A OCEAN ACTION LEARNING CREW MEMBER

- Teilnahme am OAL Crew Member Training
- 24h Bordleben auf einem Großsegler
- Change Experience Training für alle Teilnehmer

210,- €



B OCEAN ACTION LEARNING LIFE-COACHING

- Teilnahme am OAL Crew Member Training
- 24h Bordleben auf einem Großsegler
- Change Experience Training für alle Teilnehmer
- Vorab Ziel-Gespräch (0,5 Std Video Call)
- An Bord Life-Coaching mit Feedback (0,5 Std)

300,- €



C OCEAN ACTION LEARNING TALENT-COACHING

- Teilnahme am OAL Crew Member Training
- 24h Bordleben auf einem Großsegler
- Change Experience Training für alle Teilnehmer
- Digitales Lumina Spark Portrait (Online-Check Stärken und Verbesserungsfelder)
- Digitales Training Manual für 6 Monate
- Erfolgs-Check danach (0,5 Std Video Call)

450,- €

DIE OCEAN ACTION LEARNING METHODE

Hocheffizientes und nachhaltiges Lernen an Bord von Sailtraining-Schiffen.

Ocean Action Learning fördert Intuition durch Bewegung

Gehirnforscher haben herausgefunden, dass Kreativität, Intuition und Gefühle im gleichen Teil des Gehirns gesteuert werden, wie unsere automatisierten Bewegungsabläufe. Dazu gehören Laufen, Radeln, Ski fahren, Reiten, Schwimmen und andere erlernte und unbewusst gesteuerte Bewegungsabläufe.

Diese Erfahrung kennt jeder, der still am Schreibtisch sitzend nach einer Idee sucht. Wenn man aufsteht und auf und ab geht, stellt sich plötzlich eine Idee ein, die sich vorher im Sitzen nicht zeigen wollte.

Dieser Effekt erklärt sich durch die gesteigerte Gehirnaktivität im Bereich der Handlungs- und Bewegungssteuerung. Jener Energieschub energetisiert dann auch die Gehirnsareale, die für Gefühle, Kreativität und Intuition zuständig sind.

Die permanenten Schiffsbewegungen wirken im Gehirn stimulierend und steigern so die Intuition, die Intensität des Erlebens, die Entschlusskraft und bewirken nachhaltige Veränderungen.

- Persönliche Veränderungen und nachhaltiges Lernen basieren auf system-relevanten und individuell machbaren Herausforderungen
- Ein Segelschiff auf See bietet vielfältige Möglichkeiten auf jeder Qualifikationsebene
- Ganzheitliche Entwicklung von Körper, Geist und Seele
- An Bord fallen permanent Entscheidungen.
- Gegenseitiger Service schult Agilität und fördernde, positive Verhaltensweisen
- Die an Bord gemeisterten Herausforderungen wirken nachhaltig im Alltag.

**Unser OAL Training ist ein Investment in Ihre wertvollste Ressource:
– Sie selbst!**



Schiffsbewegungen erhöhen Steuerungsbedarf der Bewegung



Gehirnsareal für Bewegungssteuerung wird aktiviert



Erhöhte Aktivität verstärkt Intuition und Kreativität



Umsetzungsimpulse Motivation, nachhaltiges Lernen



Gemeinsam Handeln



Service auf Gegenseitigkeit



Kompetent Entscheidungen treffen

TALENT-CHECK MIT DEM LUMINA SPARK PORTRAIT



LUMINA SPARK INTRO: Coaching · Persönlichkeitsentwicklung · Teamintelligenz

Im Coachingprogramm Talent-Check können die Teilnehmer einen persönlichen Lumina Online-Fragebogen beantworten, auf dessen Basis ein Lumina Portrait mit Workbook erstellt wird. Das Lumina Programm fördert Selbst-Erkenntnis und den Dialog in einer Gruppe für mehr gegenseitiges Verständnis, flüssige Zusammenarbeit und bessere Ergebnisse.

Die 4 Lumina Prinzipien

- Sich selbst kennen und andere einschätzen können
- Stabile Beziehungen aufbauen
- Vielfalt wertschätzen lernen
- Gemeinsam effizient Ergebnisse erzielen

Lumina unterstützt Menschen und Teams

- Art der Zusammenarbeit
- Gegenseitige Unterstützung
- Flexibler Kommunikationsstil
- Persönlicher Beitrag, individuelle Stärken
- Gezielte Weiterentwicklung
- Systematisches Erreichen von Zielen

Lumina Spark® Methode

Die wissenschaftlich fundierte, validierte Methode misst 24 situativ bedingte Verhaltens-Qualitäten Bottom-up und bildet daraus 8 Aspekte in 4 Farbstilen und 3 Personas (natürliche, alltägliche und übertriebene Persönlichkeitsebenen).

Die Vermeidung von Stereotypisierung ergibt ein differenziertes Persönlichkeitsportrait, welches viel Inspiration für die persönliche Entwicklung liefert.

Das Lumina Spark Portrait legt die Grundlage für Einzelcoachings und Teamentwicklung und bildet die Basis für gezielte, selbstbestimmte Veränderungen.

8 Aspekte und Ihre Motivation

■ Disziplingesteuert – Inspirationsgesteuert

Was bringt Sie in Bewegung?
Was ist Ihr Antrieb?

■ Realitätsfokussiert – Ideenfokussiert

Wie schauen Sie in die Welt?
Welche Informationen nehmen Sie auf?

■ Menschenorientiert – Ergebnisorientiert

Wie treffen Sie Entscheidungen?
Was finden Sie wichtig?

■ Introvertiert – Extravertiert

Was bringt Ihnen Energie?
Wo investieren Sie Energie?

4 Farbstile

■ SORGFÄLTIGES BLAU

Beobachtend. Faktenorientiert. Verlässlich.

■ FÖRDERNDES GRÜN

Verständnisvoll. Teamorientiert. Empathisch.

■ INSPIRIERENDES GELB

Gesellig. Fantasievoll. Spontan.

■ BESTIMMENDES ROT

Zielgerichtet. Wettbewerbsorientiert. Initiativ.

TIPP: Teilnehmer am Crew-Training oder Life-Coaching können sich auch noch an Bord für ein digitales Lumina-Portrait entscheiden

The collage shows the Lumina Spark logo, a circular diagram titled '24 Qualitäten, 8 Aspekte, 4 Farbstile', and a detailed chart titled '4 Farbstile und 8 Aspekte' which maps specific qualities to color styles and personas.



DIE COACHES

Auf den Coachingtörns werden Sie neben der Hendrika-Stammcrew zusätzlich von erfahrenen Coaches unter der Leitung von Bernhard Pelzer begleitet, der OCEAN ACTION LEARNING entwickelt hat und seit 30 Jahren im Coaching erfolgreich anwendet.



BERNHARD PELZER

OAL Skipper mit 30 Jahren Erfahrung,
Ingenieur und systemischer Coach

Sein Sail-Training Schiff, die durch den Spiegel-Titel bekannte Roter Sand segelt auf dem St. Lorenzstrom in Kanada und dient der Offiziersausbildung der kanadischen Marine. Die von ihm entwickelte OCEAN ACTION LEARNING Methode verbindet sportpädagogische, neurologische und motivationspsychologische Forschungsergebnisse für die persönliche Entwicklung und Teamintelligenz der Teilnehmer. Er hat langjährige, internationale Erfahrung als Business Coach von Executives und Managern und begleitet Teams und Organisationen.



PETRA PELZER

OAL Sail-Trainerin auf Großseglern und Yachten seit 1991
Coach, Kommunikations- und Prozessdesignerin, Yogalehrerin

Sie coacht basierend auf der Lumina-Methode und ihrer langjährigen Erfahrung als Yogalehrerin. Sie integriert diese Erfahrung ins Ocean Action Learning.

Ihre Schwerpunkte sind persönliche Zielsetzungen, Stärkung der Resilienz und Willenskraft sowie Integration von Körper und Geist. Als OAL Sail Trainerin unterstützt sie mit viel Energie und Freude auf großen und kleinen Segelschiffen Teams und Individuen in ihrer Entwicklung.

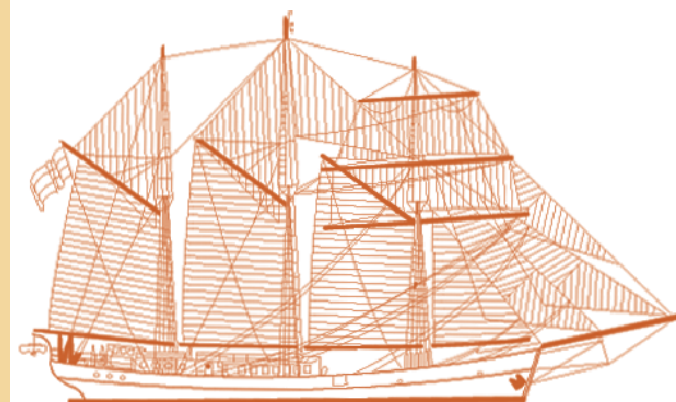
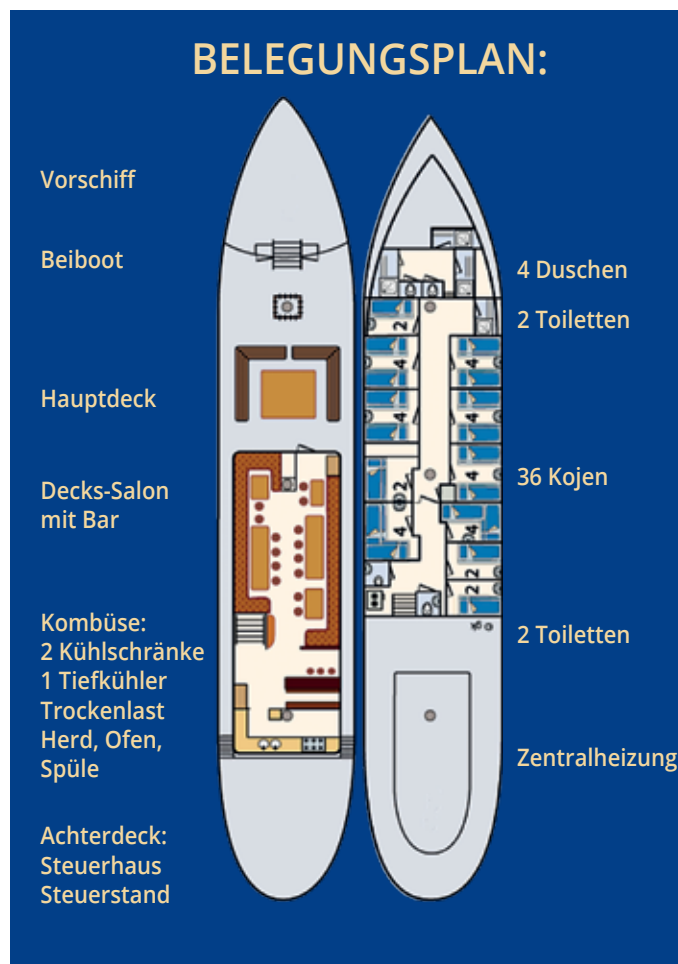
DREIMAST-TOPSEGELSCHONER

Hendrika Bartelds

SCHIFF Im Jahr 1918 wurde die HENDRIKA BARTELDs in Vlaardingen/ Niederlande als Heringslogger gebaut und in den 50er Jahren um 9 Meter verlängert. Als in den achtziger Jahren der Fischfang an Bedeutung verlor, wurde das Schiff Anfang der neunziger Jahre zu einem Charterschiff umgebaut.

EIGNER Im Jahr 2000 unterzogen die neuen Schiffseigner – das Kapitänspaar Mirjam und Robert Postuma, die Hendrika einem kompletten Refit: Der gemütliche große Salon mit Bar, die Kombüse, die großzügigeren Kabinen sowie die Tische und Bänke an Deck und die neuen Sanitäreinrichtungen sorgen für einen komfortablen Aufenthalt an Bord dieses imposanten Segelschiffes.

CREW Die Hendrika wird seit 2006 von dem erfahrenen, deutschen Segel-Kapitän Ragnar Wagner und seiner professionellen Crew mit ruhiger Hand und viel Humor gesteuert.



Ein Maximum an Sicherheit und Komfort an und unter Deck:

Länge:	49 m
Breite:	6,65 m
Tiefgang:	2,80 m
Segelfläche:	645 qm
Kabinen:	7x 4-Bett · 4x 2-Bett
Kojen:	36
Bäder:	4 Toiletten · 4 Duschen
Maschine:	Caterpillar 408 kW
Generatoren:	15+10 kVAW 24 V · 220 V · 380 V
Frischwasser:	20.000 l
Messe:	40 Sitzplätze und großer Tresen
Hauptdeck:	großer Crewtisch
Steuerstand:	achtern und im Steuerhaus
Liegeplatz:	TSC Traditional Sailing Charter Blücherbrücke 24, 24105 Kiel

IMPRESSIONEN
VON DER

Hendrika Bartelds



ALL HANDS ON DECK



GEMÜTLICHE SCHIFFSMESSE



ZEIT ZUR REFLEXION



CHALLENGE

SEGELREVIER KIELER FÖRDE / OSTSEE

Kiel wird die Segelhauptstadt der Welt genannt – wegen dem abwechslungsreichen und geschützten Segelrevier der Kieler Förde. Unsere 24 Stunden Coachingstörns führen vom Liegeplatz in die Förde und auf die Ostsee – je nach Wind und Wetter.



START / ZIEL: Blücherbrücke 24, Kiel

Parkmöglichkeiten: Im markierten Parkhaus können Sie unter der Woche kostenfrei parken. Es ist von Montag bis Freitag von 06:00 bis 20:30 Uhr geöffnet. In den blau markierten Straßen ist es die gesamte Woche über möglich kostenfrei zu parken.



INFORMATIONEN UND ANMELDUNG



Die 24 Stunden OAL Coachingstörns auf der Hendrika Bartelds sind eine Kooperation zwischen den Betreibern des Traditionsschiffes und Pelzer Associated Partners, Change Experts seit über 25 Jahren.

FRAGEN ZUM SCHIFF UND BUCHUNG:

*Hendrika
Bartelds*

Hendrika B. VOF
Mirjam und Robert Postuma
Vogelwikke 14
8271 DP IJsselmuiden
The Netherlands
Telefon: +31 6 206 99 453
info@hendrika.com
www.hendrika.com

FRAGEN ZUM COACHING:



Pelzer & Associated Partners
Breckwoldtstrasse 2
Eingang Strandtreppe
D-22587 Hamburg
Tel. +49 40 86 60 45-0
info@pelzerap.de
www.pelzerap.de