



LERNEN VON DER BESTEN

Die Rosenheimerin Antje Heimsoeth zählt zur Elite der deutschsprachigen Mental Coaches. Ihre Bücher sind seit Jahren Bestseller, ihre Vorträge gefeiert, sie wurde mehrfach als Top-Speakerin ausgezeichnet. Olympioniken gehören genauso zu ihrer Klientel wie die Führungsriegen internationaler Konzerne. Mit dem Umzug ihres Coaching-Instituts, der Heimsoeth Academy, in neue Räumlichkeiten hat sie sich einen großen Traum erfüllt.

von Claudia Kuhlmann-Seineke

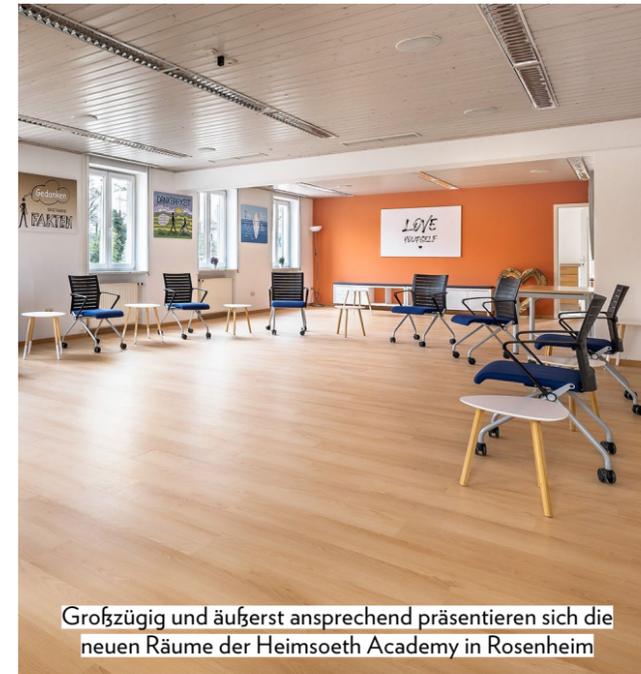
Betritt man die neuen Räume der Heimsoeth Academy in der Gießereistraße 22 in Rosenheim, wird man von Licht, Weitläufigkeit und lebensfroher Farbgebung begrüßt. Alles wirkt positiv und freundlich, Lebendigkeit und Sympathie bringt Antje Heimsoeth persönlich mit. Das Lachen der Expertin für mentale Stärke ist einnehmend, man kann direkt fühlen, dass Motivation und Power hier zu Hause sind. Seit mehr als 18 Jahren berät, trainiert und coacht die renommierte Motivationspezialistin Unternehmensvorstände, Führungskräfte, Sportler, ganze Teams, aber auch Privatpersonen. Zudem bietet sie in innovativen Seminarreihen ein breites Spektrum an zertifizierten Coaching-, Mental-Coaching und Trainerausbildungen für die Bereiche Business, Gesundheit, Sport und Alltag an. Die neuen Räume sind auf Gruppen bis zu 24 Personen zugeschnitten, auch unter den geforderten Corona-Auflagen kann hier in großer Runde sowie in kleinen Teams gearbeitet werden. „Es war immer mein Traum, einen Ort zu finden, der genau meiner Idee von Academy



Selfmade-Erfolgsfrau und Bestseller-Autorin Antje Heimsoeth

entspricht. Den habe ich jetzt gefunden. Hier konnte ich alles nach meinen Vorstellungen gestalten und den Anforderungen entsprechend aufteilen,“ so Heimsoeth. „Für Einzelcoachings haben wir gemütliche Gesprächsräume, eine nette kleine Küche ist natürlich auch wichtig, denn die Seminare gehen über mehrere Tage.“ Auch digital ist die Heimsoeth Academy

Fotos: Maria Irl, Congressforum Frankenthal



Großzügig und äußerst ansprechend präsentieren sich die neuen Räume der Heimsoeth Academy in Rosenheim

zukunftsorientiert aufgestellt. Sowohl interaktive Webinare als auch Online-Kurse vermitteln kompaktes Wissen zu verschiedenen Themen wie mentale Stärke, Selbstführung oder Persönlichkeitsentwicklung.

Selbst ist die Frau

Alles, was die Academy macht und ausmacht, ist 100% Antje Heimsoeth. Total selfmade, von der Pike auf. Motivation und Stärke haben ihr den Erfolgsweg geebnet, diese Fähigkeiten bringt sie heute anderen näher. Was sie auszeichnet, ist ihre Fokussierung auf die Mitmenschlichkeit, sie sagt klar: „Die Menschen müssen sich aktiver um Beziehung kümmern, denn Beziehung ist Motivationsfaktor und Burnoutprävention in einem. Zwischenmenschlichkeit schafft positive Emotionen, aus denen Erfolgsmomente erwachsen.“ Klingt einfach, und trotzdem schaffen wir es oft nicht, uns selbst zu motivieren. Die Frage nach dem „Warum“ beantwortet Antje Heimsoeth lächelnd: „Wir haben ja alle unsere Gewohnheiten, die können ein massiver Hemmschuh sein. Diese zu ändern, ist nicht so leicht, da sie uns Sicherheit geben. Aber dadurch sabotieren wir uns selbst.“ Bei der Auflösung dieser Selbstsabotage-Mechanismen unterstützt Heimsoeth ihre Klienten und begleitet sie auf dem Weg zum erfolgreichen Ziel – das kann ein Kind mit Schulproblemen sein, genauso wie ein Sportler, ein Firmenchef oder ein Mensch, der sich weiterentwickeln möchte.

Mit ihrer eigenen Kolumne über erfolgreiche Strategien für Beruf und Privatleben ist Antje Heimsoeth fester Bestandteil der ROSENHEIMERIN.

Weitere Informationen zu Ausbildungen, Seminaren und Online-Angeboten unter www.heimsoeth-academy.com

Fotos: Fotografie Claus Rammel

