



## **Einladung zu Einzelcoachings für Frauen (90 Minuten) – Entfalten Sie Ihr Potenzial!**

### **1. Für wen sind die Einzelcoachings gedacht?**

Unsere Einzelcoachings richten sich an engagierte Frauen, die sowohl ehrenamtlich als auch hauptberuflich in Sportbünden, Landesfachverbänden und Vereinen in Niedersachsen tätig sind. Egal, ob Sie sich auf eine neue Führungsaufgabe vorbereiten oder bereits Führungsverantwortung tragen – unser Programm ist für Frauen aller Altersgruppen konzipiert und unterstützt Sie auf Ihrem Weg zur persönlichen und beruflichen Entfaltung.

### **2. Was erwartet Sie?**

Wir bieten insgesamt 45 individuelle Coaching-Sitzungen à 90 Minuten an. Diese finden entweder vor Ort im LSB oder bequem online statt. Die Buchung ist unkompliziert: Melden Sie sich direkt telefonisch oder per E-Mail an und sichern Sie sich Ihren Termin. Es gibt keine festgelegte Vergabefrist – die Anfragen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs bearbeitet, sodass Sie schnell einen passenden Termin erhalten.

### **3. Was kostet ein Einzelcoaching? Kostenlos!**

Seit 2025 sind unsere Einzelcoachings kostenlos! Wir möchten sicherstellen, dass finanzielle Aspekte kein Hindernis für Ihre persönliche Weiterentwicklung darstellen. Einziger Hinweis: Bei kurzfristigen Absagen (weniger als 7 Tage) oder Nichterscheinen ohne ärztliches Attest fällt eine Ausfallgebühr von 80,00 € an. Bitte beachten Sie, dass der LandesSportBund keine Fahrtkosten übernimmt.

### **4. Wie können Sie ein Einzelcoaching buchen?**

Um einen Termin zu vereinbaren, suchen Sie sich bitte einen Termin auf unserer Homepage aus [www.lsb-niedersachsen.de/coachings](http://www.lsb-niedersachsen.de/coachings) und melden Sie dann über unser Anmeldeformular an: <https://forms.office.com/e/HctCg1Lsde>

**Wir freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg zu begleiten!**

*Team Teilhabe und Vielfalt*

Anna Bartel (Referentin Geschlechtergleichstellung)

E-Mail: [abartel@lsb-niedersachsen.de](mailto:abartel@lsb-niedersachsen.de)



## 5. Wer führt die Coachings durch?

<p><b>Mona Klare</b> ist mit klare*s coaching Führungskräfte-Coach und Trainerin. Sie ist international für ihre Klientinnen und Klienten unterwegs, arbeitet für Konzerne, KMUs, NGOs, führt Top-Executive Coachings durch und berät Start-ups.. Sie ist gelernte Kauffrau, zertifizierter Systemischer Coach und war professionelle Schauspielerin. Sie arbeitet mit dem Provokativen Ansatz von Frank Farelly, mit der angewandten Improvisation und Systemischen Aufstellungen.</p> <p>Mehr Informationen zu Frau Klare finden Sie unter <a href="http://www.klares-coaching.de">www.klares-coaching.de</a></p> <p><i>Foto Mona Klare ((c) Urban Ruths.)</i></p>	
<p><b>Dr. Giovanna Eilers</b> ist Internistin, Diabetologin, Trainerin und Coach. Ihr Schwerpunkt ist das persönlichkeits- und ressourcenorientierte Coaching. Sie ist Lehrtrainerin PSI-Diagnostik am Institut PSI Schweiz in Kooperation mit dem Impart-Institut, Osnabrück und Mitglied des Beraterteams am Institut PSI Schweiz. Dr. Giovanna Eilers nutzt die Kraft der Bilder, um Unbewusstes und Bewusstes in Einklang zu bringen, um so kluge und kraftvolle Entscheidungen zu treffen und neue Wege zu gehen.</p> <p>Mehr Informationen zu Frau Dr. Eilers finden Sie unter <a href="http://www.giovanna-eilers.de">www.giovanna-eilers.de</a></p> <p><i>Foto Dr. Giovanna Eilers Lea Städler by A. Koroll Fotos</i></p>	
<p><b>Elke Nippold-Rothes</b> ist Führungskräfte-Trainerin und Coach in verschiedenen Wirtschaftszweigen. Sie bringt 25 Jahre fundiertes Wissen aus verschiedenen Positionen in der Immobilienwirtschaft mit, davon 15 Jahre als verantwortliche Personal- und Führungskräfteentwicklung eines heutigen DAX-Unternehmens. Elke Nippold-Rothes ist Mit-Gründerin des SaluVia Instituts und Expertin für Positive Psychologie, Salutogenese, Stressreduktion und Resilienz. Sie vertritt einen systemischen Ansatz, der auf positive Ressourcenbildung gegründet ist.</p> <p>Mehr Informationen zu Frau Nippold-Rothes finden Sie unter <a href="http://www.saluvia-institut.de">www.saluvia-institut.de</a></p>	