RE-agieren

INSTITUT FÜR MENTALTRAINING · SEIT 2003

DAS EINSTIEGSSEMINAR · ZWEI TAGE BEI SALZBURG

Mentaltraining Basismodul 1

Weißt du, was deine Gedanken und Gefühle tatsächlich leisten können? Zwei Tage, um es zu erkennen und dann auch zu tun.

Wer da vorne steht, was an den zwei Tagen passiert, was es kostet, für wen es nichts ist und was Menschen Jahre später darüber sagen. Diese Broschüre ist zum Nachlesen gedacht, bevor du dich entscheidest.

seit 2003
Mentaltraining

~10.000
Menschen in meinen Seminaren

2 Tage
Samstag und Sonntag

5,0 ★
bei 55 Google-Bewertungen

BEVOR ES UM DAS SEMINAR GEHT

Zwei Tage mit mir. *Dann fangen wir bei mir an.*

Zwei Tage und 498 Euro gibt niemand einem Fremden. Drum steht auf dieser Seite, wer da vorne steht. Das Seminar selbst kommt ab Seite 4, die Menschen, die vor Jahren bei mir saßen, ab Seite 7.

- seit 2003 Mentaltraining
- im Trainingsbereich seit 1997
- 350+ Diplome überreicht
- ~10.000 Seminar-Teilnehmer
- in Spitzenzeiten 100 Seminartage im Jahr

DIESELBEN INHALTE IN DIESEN UNTERNEHMEN

SPAR · Würth · Pappas/Mercedes · Wüstenrot · OMV · Genericon · Adler Lacke · Hypo · Sparkasse · und noch viele mehr

WAS MICH NICHT INTERESSIERT

Herumdoktern. Zwanzig Sitzungen, in denen ein Thema gestreichelt wird. Ein Seminar, das nett ist. Mein Ziel ist von Anfang an, dass du mich am Ende nicht mehr brauchst.

Wolfgang Reichl-Furthner

Ich bin Jahrgang 1968 und kam nicht über die Theorie zum Mentaltraining, sondern über das Leben. Sechs Jahre AMS Salzburg, sechs Jahre Versicherung, ab 1997 Personalentwickler und Verkaufstrainer im Konzern. Ich war top ausgebildeter Konzerntrainer. Einer, der es trotz einer schlechten Kindheit in so eine Position geschafft hat.

Dann kam zuerst eine Trennung und danach noch ein kräftiges Burnout. Meine Erkenntnis damals: Ich denke falsch. Also habe ich mich auf die Suche nach Mentaltraining gemacht, und nach meinem eigenen ersten Seminar war mir klar, dass das meine Zukunft ist. Weil Mentaltraining definitiv alles verändern kann und jenen, die wirklich dranbleiben, eine unangreifbare Basis liefert. 2002 die Selbstständigkeit, 2003 das Mentaltraining, 2007 die ersten Mentaltrainer:innen, die ich selbst ausgebildet habe.

In Spitzenzeiten stand ich rund 100 Tage im Jahr im Seminarraum, unter anderem für Firmen wie SPAR, Würth, Pappas/Mercedes, Wüstenrot, OMV, Genericon, Adler Lacke, Hypo, Sparkasse und noch viele mehr. Fast alles davon kam über Empfehlung.

> *„Ich akquiriere nicht, ich werde empfohlen. Es wird gesagt: Den Reichl sollst du buchen."*

Im Seminar lasse ich dich nicht mit deinem „Aber" davonkommen. Ich helfe dir über die Hürde, vor der du zu Hause immer stehen bleibst. Und ich rede normal mit dir, ohne Fremdwörter.

> *„Ich bin einer, der viel hinterfragt. Und du hast damals einfach das Richtige gemacht: Du hast die Wahrheit erzählt. Du hast von deinem Leben erzählt, dass es auch nicht immer leicht war und wie du dich rausgeholt hast. Das war authentisch, und das ist für mich wichtig."*
>
> Herbert Scheipl · erstes Seminar 2006 · in der Interviewreihe AUFGEGANGEN

DAS PROBLEM

Warum ein Buch *nicht reicht.*

Warum scheiterst du zu Hause und in der Firma, obwohl du es doch anders willst? Du hast vielleicht schon einige Bücher gelesen, mit Freunden geredet, vielleicht auch anderes probiert, und dennoch klappt es nicht. Montagfrüh klingelt der Wecker, der Chef nervt, die Kinder schreien, du gehst dir selbst auf den Geist, und zack: Dein altes Muster hat dich wieder. Irgendwie wolltest du raus, doch es geht nicht.

Es ist verdammt schwer, das System zu ändern, wenn du nicht weißt, warum es so ist und wo und wie du ansetzen kannst, damit dein Alltag nicht die Macht behält.

Du kannst dich nicht selbst kitzeln

Du kannst auch nicht deinen eigenen Ellenbogen lecken (versuchst du es gerade?).

Und du kannst dich oft nicht selbst „umprogrammieren", weil dein blinder Fleck zu groß ist. Dein Gehirn filtert weg, was nicht zu dem passt, was du schon immer über dich gedacht hast, und genau deshalb findest du im zehnten Buch wieder nur das, was du im ersten schon unterstrichen hast. Du brauchst jemanden von außen, der mit dir redet und dir etwas sagt, das du so noch nie wahrgenommen hast.

Willenskraft hält ungefähr drei Wochen

Danach übernimmt wieder das, was seit Jahrzehnten in dir läuft. Man kann dagegen ankämpfen, man kann es aber auch umbauen, und dafür muss man wissen, wo man hingreift. Genau das schauen wir uns an diesen zwei Tagen an.

JETZT SAGST DU VIELLEICHT

Ein Seminar dauert auch nur zwei Tage, und am Montag klingelt derselbe Wecker. Stimmt. Drum ist das Wochenende so gebaut, wie es gebaut ist. Wie, steht auf Seite 4.

WER BEI MIR SITZT

Dass jemand ein Problem hat, irgendwo den Begriff Mentaltraining aufgeschnappt hat und auf die Suche gegangen ist. Vielleicht hat er einen Tipp bekommen. Und dann sitzt er bei mir, um zu erfahren, wie es geht. Die wenigsten wissen es nämlich. Das ist der Normalfall, und dafür gibt es diese zwei Tage.

> *„Und dann kommt da jemand rein, ein Herr Reichl, und fängt an zu erzählen. Von Gefühlen, Gedanken, Emotionen, weiß der Geier was noch alles. Das hat, glaub ich, keine Viertelstunde gedauert, bis ich umgeschaltet hab: Das ist aber spannend, was der da erzählt."*
>
> Christopher Lenzberger · Techniker, „für mich gibt es nur Nullen und Einsen" · erstes Seminar 2005

DIE 4S-METHODE

Vier Stellen, an denen dein *altes Muster gewinnt.*

In über 20 Jahren Seminararbeit haben sich für mich die 4S herauskristallisiert: die Stapel im Gehirn, die selektive Wahrnehmung, die Sucht nach Emotionen und die Sinnsuche. An diesen vier Stellen setzen wir an.

1

Stapel im Gehirn

Jede Erfahrung ist wie ein Blatt Papier, das aufgelegt wird, je öfter erlebt, desto höher der Stapel. Welche Programme laufen bei dir, wo kommen sie her, und woran erkennst du sie im Alltag? Du siehst zum ersten Mal, was dich bisher unbemerkt gebremst hat.

2

Selektive Wahrnehmung

Dein Gehirn bekommt pro Sekunde einen Wahnsinn an Informationen und lässt einen winzigen Rest durch, und zwar den, der zum Stapel passt. Wer diesen Filter steuert, sieht plötzlich Möglichkeiten, die vorher nicht da waren. Das ist Gehirnforschung, mit Esoterik hat es nichts zu tun.

3

Sucht nach Emotionen

Dein Körper hängt an bestimmten Gefühlen, auch an den unangenehmen. Wer sich jahrelang geärgert hat, dem fehlt etwas, wenn der Ärger ausbleibt. Du lernst, wie du diesen Kreislauf unterbrichst.

4

Sinnsuche

Was willst du eigentlich? „Weg von" geht nicht, das Gehirn braucht ein „hin zu". Am Sonntag schreibst du auf, wo du hinwillst, und zwar so konkret, dass du am Montag weißt, was dein erster Schritt ist.

UND WAS IST AM MONTAG?

Geschrieben wird an beiden Tagen von Hand, das ist Absicht, weil Handschrift im Kopf anders arbeitet als Tippen. Am Sonntagabend fährst du mit deiner Teilnehmerunterlage heim: 48 Seiten, in denen deine eigenen Antworten stehen, dazu deine Wunschliste und dein Plan, wie es die nächsten Tage, Wochen und vielleicht Monate weitergeht.

Auf einer der letzten Seiten steht, was du in den ersten Wochen nach dem Seminar tust, damit der Alltag dich nicht wieder einsammelt. Motivation verfliegt, das stimmt, die habe ich auch nur bedingt im Angebot. Deine Wunschliste und dein handgeschriebener Plan bleiben.

> *„Vorerst betrachtete ich das Thema Mentaltraining eher skeptisch. Trotzdem gab ich dem Ganzen eine echte Chance. Besonders deine 50-Wünsche-Liste ging mir nicht mehr aus dem Kopf … Heute, ein Jahr später, musste ich feststellen, dass sich mindestens die Hälfte meiner Wünsche erfüllt hat."*
>
> Sabrina Nicole · Teilnehmerin · schriftlich, November 2012

DER ABLAUF

Was passiert da? *Samstag und Sonntag im Gastagwirt.*

SAMSTAG · 9 BIS 18 UHR

Die Erkenntnis Stapel & Selektion

- Warum du nur das erlebst, was du schon immer erlebt hast.
- Wie du deine Wahrnehmung so veränderst, dass Neues in deinem Leben passiert.
- Du erkennst, was weg darf, und merkst, was hilfreicher wäre.
- Mittags essen wir gemeinsam im Hotelrestaurant. Da wird meistens weitergeredet, weil viele unglaublich neugierig sind.

SONNTAG · 9 BIS 17 UHR

Die Neuausrichtung Sucht & Sinn

- Die Sucht nach Emotionen erkennen und verändern.
- Wie eine Wunschliste dein inneres Navi aktivieren kann.
- **Die Hin-zu-Strategie:** Menschen, die wissen, was sie wollen, erreichen es meist.
- **Dein Plan:** Du schreibst auf, was du in den nächsten Tagen, Wochen und Monaten angehst, und fährst damit heim.

Wie es im Raum zugeht

Es wird geschrieben, geredet und auch gelacht. Und es gibt Momente, in denen es still wird im Raum, weil jemand etwas erkannt hat, das er vierzig Jahre lang übersehen hat. Im Raum sitzen meist auch Teilnehmer:innen der Ausbildung. Das ist gewollt: Du siehst, wo der Weg hinführen kann, ohne dass dir jemand etwas verkaufen muss.

Keiner muss sich hinstellen und über irgendwas reden, und keiner muss etwas von sich erzählen. Du kannst auch einfach still dasitzen und dich begeistern lassen. Ich hatte schon einige da, die mit einem großen Rucksack gekommen sind und genau das gemacht haben.

DIE GRUPPE

Wir bewegen uns meist zwischen 8 und 16 Personen, wobei 13 meine Lieblingszahl ist. Mal sehen, wie groß deine Gruppe wird. Bei mir sitzen Führungskräfte von SPAR und Würth genauso im Raum wie Krankenschwestern und Lehrer. Vorkenntnisse brauchst du keine. Bring einen Stift mit und die Bereitschaft, zwei Tage lang ehrlich zu dir selbst zu sein.

„Wenn wir beim Gastagwirt in den Seminarraum reingegangen sind, das war, wie wenn du durch ein Tor in eine andere Welt gehst. Da war es auf einmal ruhig, da war alles so warm, wohlig. Erstens waren irrsinnig klasse Leute da. Auch in den Pausen, wo wirklich auf Augenhöhe geredet wird, wo keiner sich besser darstellen muss. Also Hut ab."

Bernhard Schiemer · kam 2017 als Skeptiker

„Man stellt sich ganz was anderes vor. Und wenn man dann drin sitzt, dann taugt einem das einfach, weil man so viele Sachen erfährt. Das war schon gewaltig, was du alles weißt und uns erzählt hast."

Hermann Kronberger · Absolvent

DER ORT

Seminarhotel Gastagwirt, Alte Wiener Straße 37, 5301 Eugendorf bei Salzburg, direkt an der A1. Wer übernachten will, bucht sein Zimmer selbst im Hotel. Wer aus der Gegend kommt, fährt am Abend heim.

EHRLICH GESAGT

Für wen die zwei Tage sind. *Und für wen nicht.*

Für wen das Wochenende gebaut ist

- ✓ **Für Menschen, die wissen, dass es da weit mehr gibt.** Die vielleicht schon einiges probiert haben und trotzdem immer wieder am selben alten Punkt landen.
- ✓ **Für Menschen mit einer Herausforderung, einem Problem, einer Schwierigkeit,** die irgendwie nicht wissen, wie es weitergeht, und irgendwo den Begriff Mentaltraining aufgeschnappt haben.
- ✓ **Für die, die am Montag anders reagieren wollen** als letzten Montag, wenn der Chef oder die Kinder dasselbe machen wie immer.
- ✓ **Für Menschen, die mit der Ausbildung liebäugeln** und erst einmal zwei Tage lang schauen wollen, ob das etwas für sie ist.

Für wen das nichts ist

- • **Wenn du in ärztlicher oder therapeutischer Behandlung bist oder sein solltest.** Kläre das zuerst dort. Mentaltraining ist Training für gesunde Menschen.
- • **Wenn du jemanden suchst, der dein Thema für dich löst.** Ich gebe dir Werkzeuge und lasse dich nicht mit deinem „Aber" davonkommen. Die Arbeit machst du.

WENN DU JEMANDEN SCHICKST

Das ist schon oft gemacht worden, und es funktioniert richtig gut. Ich hatte einige da, die zu mir geschickt wurden und in den ersten Minuten skeptisch dagesessen sind. Danach waren sie so zufrieden, dass sie froh waren, dass jemand anderer sie dazu bewogen hat. Gib die Broschüre weiter, oder schenk das Wochenende.

„Mentaltraining ist nicht die rosarote Brille, und wir sagen uns jetzt 15.000 Affirmationen und zack, zack, zack sind wir da. Das Leben ist nicht so. Manchmal passieren wirklich Dinge, und mit diesen Techniken lernt man, wie man mit schwierigen Situationen umgeht."

Elisabeth Brunnhuber-Augustin · Finance und Treasury in einem Industriebetrieb · Absolventin

„Das ist das, was du in deinen Seminaren vermittelst. Das hat mit Esoterik nichts zu tun. Das ist Spitzensport."

Josef Schratter · Abteilungsleiter in einem Industrieunternehmen

WAS ICH DIR NICHT VERSPRECHE

Dass dein Leben am Montag ein anderes ist. Am Sonntagabend weißt du, warum du immer wieder am selben Punkt landest, und du hast mit der Hand aufgeschrieben, wo du als Nächstes hingreifst. Mehr kann ich dir in zwei Tagen nicht geben, und mehr verspreche ich dir auch nicht. Was du daraus machst, liegt bei dir.

Eine Geld-zurück-Garantie gibt es für das Live-Wochenende nicht. Dort sitzt du im Raum und hast das Seminar erlebt, Raum und Verpflegung sind fix für dich gebucht. Beschwert hat sich über dieses Wochenende allerdings seit 2003 noch nie jemand.

MENTALTRAINING IST KEINE THERAPIE

Ärger, Erschöpfung, das Gefühl, im Kreis zu laufen: Damit kommen viele, dafür ist das Wochenende da. Mentaltraining ersetzt aber keine Psychotherapie, keine ärztliche Diagnose und keine Behandlung. Wenn du unsicher bist, ob du bei mir richtig bist, ruf mich an, dann reden wir vorher. Und wenn es gerade so schwer ist, dass du nicht mehr weiterweißt: Die **Telefonseelsorge ist unter 142** rund um die Uhr erreichbar, kostenlos. Im Notfall **144**.

AUFGEGANGEN · MENSCHEN, DIE VOR JAHREN BEI MIR SASSEN

Ob ein Wochenende wirkt, sieht man nicht am Montag. *Sondern Jahre später.*

Für die Interviewreihe AUFGEGANGEN setze ich mich mit Menschen zusammen, die vor zehn oder zwanzig Jahren das erste Mal bei mir im Seminar saßen, und stelle die unbequemste Frage, die es gibt: Hat es was gebracht? Ohne Skript, ohne Schnitt. Alle Folgen: re-agieren.at/iv

„Es war einfach der Hammer. Ich bin im Auto gesessen, von Salzburg heimgefahren, und hab mir gedacht: Ich kann jetzt alles. Ich kann wirklich alles."

Michaela Huber · über ihr Basismodul 1

„Es hat definitiv meine Sicht und mein Leben komplett auf den Kopf gestellt und komplett verändert."

Karin Bergmann · Fotografin · über ihr erstes Seminar vor 20 Jahren

„Und beim dritten Seminartag hab ich mir gedacht: Gott sei Dank, Gott sei Dank hab ich das gemacht. So ein Wochenende tut was, das macht was, und zwar so richtig. Das kratzt nicht an der Oberfläche, das geht schon tief."

Bernhard Schiemer · kam 2017 als Skeptiker

„Viele Sachen aus diesen 20 Jahren hätt ich nicht machen können, wenn ich nicht das Rezept im Kopf gehabt hätte, wie ich mir selber helfe."

Gabriele Marsoun · IT-Projektleiterin · war vor rund 20 Jahren bei mir

„Zuerst ein bisschen ruhiger, dann ein bisschen mehr, dann wird es ein bisschen in Vergessenheit geraten, dann kommt es wieder auf. Das arbeitet sehr lang, das arbeitet bis heute noch."

Helmut Bolesch · Fotograf · war vor über 20 Jahren im Seminar

„Nach diesem intensiven Einführungswochenende bin ich in die Buchhandlung gegangen, und ich hab in meinem Leben nie Bücher gelesen. Ich hab es gehasst. Und dann hab ich aufgekauft, alles, was es gegeben hat."

Christopher Lenzberger · Techniker · erstes Seminar 2005

5,0 ★	~10.000	350+
bei 55 Google-Bewertungen, öffentlich nachlesbar	Menschen, die seit 2003 in meinen Seminaren saßen	Mentaltrainer:innen, die ich ausgebildet habe

Alle sechs haben mit genau diesem Wochenende angefangen. Manche sind danach weitergegangen bis zum Diplom, manche nicht. Die Zitate stammen aus den Interviews und sind für die Lesbarkeit behutsam geglättet.

AUS DEM ARCHIV UND VON FIRMEN

„Anfangs war ich etwas skeptisch, *ob ich mich überhaupt anmelden sollte."*

Schriftliche Rückmeldungen aus den Jahren, in denen es noch keine Interviewreihe gab, mit Name und Datum im Archiv. Die Skeptiker darunter klingen am ehesten wie jemand, der diese Broschüre gerade liest.

M **Michael** · Mai 2012

„Anfangs war ich etwas skeptisch, ob ich mich überhaupt anmelden sollte. Seit Jahren hatte ich an meiner bunten Vergangenheit zu knabbern und fiel immer wieder in mein altes negatives Muster. … Ich hatte mein seit Jahren verlorenes Lächeln wieder gefunden. Das merkte nicht nur ich, sondern auch meine Freunde und Familie."

A **Andrea G.** · Jänner 2013

„Ich bin kein Freund von Euphorie und ‚Abheben', weil die Erfahrung lehrt, dass davon nichts übrigbleibt. Das ist einer der Gründe, warum ich mich in deinem Seminar wohlgefühlt habe: Man kauft dir ab, dass du das selber lange und tief verinnerlicht hast, was du erzählst. Dafür nehme ich auch über vier Stunden Anfahrtsweg in Kauf."

K **Katrin** · Sozialarbeiterin und Soziotherapeutin · Dezember 2012

„Nach dem B1 war ich sehr überrascht, warum nicht jeder, der im sozialen Bereich tätig ist, etwas von den Methoden des Mentaltrainings gelernt hat. Meiner Meinung nach sollte es bereits in der Ausbildung für Psychologinnen, Sozialarbeiterinnen und Medizinerinnen Pflicht sein, zumindest das B1 zu besuchen."

DIESELBEN INHALTE IN UNTERNEHMEN

Wolfgang · Führungskraft bei SPAR

„Super interessanter Inhalt. Dachte zuerst: so ein Quatsch. Hab's trotzdem ausprobiert, und es funktioniert. Genial!"

Pappas Gruppe / Mercedes · ppa Günter Graf

„Viele Führungskräfte bezeichneten diese Wochenenden als das bis dato beste Seminarangebot."

WÜRTH · Mag. Josef Holzweber, Personalentwicklung

„Durch Ihre lockere, sehr kompetente Art der Wissensvermittlung … Sie sprechen aus eigener Erfahrung und sind damit besonders glaubwürdig und authentisch."

★★★★★

„Einfach genial! Wolfgang ist der Überbegriff von Over-Delivering! Die Seminartage sind einfach der Hammer. Solltest du die Chance haben, ihn noch zu besuchen, dann würde ich es dir unbedingt empfehlen! Die Krönung ist eine Blaupause von den Inhalten, die einem hilft, direkt durchzustarten."

D., Unternehmer · 5,0 Sterne auf Google

Einzelne Menschen und ihre Erfahrungen, keine Garantie. Was sich bei dir verändert, hängt davon ab, wo du startest und ob du dranbleibst.

DAS ANGEBOT

Was du bekommst *und was es kostet.*

- **2 Tage Live-Training mit mir,** Samstag 9 bis 18 Uhr und Sonntag 9 bis 17 Uhr, in einer Gruppe von meistens 13 Leuten
- **Deine Teilnehmerunterlage mit 48 Seiten,** mit allen Arbeitsblättern und Platz zum Mitschreiben
- **Volle Verpflegung im Wert von 136 Euro:** Mittagessen mit Getränk und Kaffee im Hotelrestaurant, in den Pausen Brötchen, Obst und Kuchen
- **Zertifikat**
- **Ein Raum, in dem auch Teilnehmer:innen der Ausbildung sitzen.** Du bekommst dasselbe Wissen wie sie, ohne dass dir jemand etwas verkaufen muss.

DER PREIS

498 €

steuerfrei gem. § 6 (1) 11 lit. a u. b UStG, weil es das erste Modul der Ausbildung ist

Ratenzahlung über Klarna oder PayPal möglich. Das Zimmer im Seminarhotel ist nicht im Preis dabei, das buchst du selbst.

Zieh die Verpflegung ab, dann bleiben 362 Euro für siebzehn Stunden im Seminarraum. Das sind gut 21 Euro pro Stunde, und du sitzt dabei mit meistens zwölf anderen im Raum und nicht mit zweihundert in einer Halle.

KLEIN ANFANGEN

Basismodul 1 steht für sich. Du musst danach gar nichts. Es ist aber zugleich das erste Modul der Live-Ausbildung zum:zur Dipl. Mentaltrainer:in. Du kannst dir die Sache also erst einmal zwei Tage lang anschauen, bevor du dich für mehr entscheidest.

WENN DU KURZ VORHER KRANK WIRST

Dann kommst du zum nächsten Termin. Deine Buchung verfällt nicht, auch wenn du erst zwei Tage vorher krank wirst: Melde dich kurz bei mir, und dein Platz wandert auf das nächste Wochenende.

ZWEI WEGE ZUR ANMELDUNG

Über das Anmeldeformular auf re-agieren.at/b1, dann kommt die Rechnung von mir per Mail. Oder gleich im Shop mit Warenkorb, wenn du schon sicher bist und dir den Platz sofort sichern willst. Beide QR-Codes stehen auf der Rückseite.

BEVOR DU DICH ANMELDEST

Was Leute mich *vorher fragen.*

→ Nach Seminaren war ich immer drei Tage motiviert, dann war alles wieder beim Alten. Warum soll das hier anders sein?

Weil du hier viel schreibst und das, was du in diesen zwei Tagen erlebst, unglaublich tief geht. Die Aha-Momente führen sehr oft zu einer Erkenntnis. Motivation verfliegt, das stimmt, die habe ich auch nur bedingt im Angebot. Du fährst mit einem Plan heim, den du mit der Hand geschrieben hast, und mit Werkzeugen, die du im Seminar kennengelernt hast. Sabrina hat ein Jahr nach ihrem Wochenende ihre Wunschliste wieder hervorgeholt und festgestellt, dass mindestens die Hälfte erfüllt war.

→ Ist das esoterisch?

Nein, und auch ja. Es geht um Wahrnehmung, Gewohnheit und Gehirnforschung, erklärt in normaler Sprache. Bei mir sitzen Führungskräfte von SPAR und Würth genauso im Raum wie Krankenschwestern und Lehrer. Einer von SPAR hat mir nachher geschrieben, er habe bei einer Übung zuerst gedacht „so ein Quatsch", sie trotzdem ausprobiert, und sie funktioniert. Denn manches, was wie Esoterik klingt, erzeugt doch eine tiefe Wirkung.

→ Muss ich vor der Gruppe über mein Privatleben reden?

Nein, natürlich nicht. Keiner muss sich hinstellen und über irgendwas reden, und keiner muss etwas von sich erzählen. Du kannst auch einfach still dasitzen und dich begeistern lassen.

→ Ich will keine Ausbildung machen. Bin ich da richtig?

Ja. Das Wochenende steht für sich, und die meisten kommen wegen ihres eigenen Lebens. Dass im selben Raum auch Leute aus der Ausbildung sitzen, hat für dich einen Vorteil: Du bekommst dasselbe umfassende und tiefgreifende Wissen wie alle, die die Ausbildung absolvieren.

→ Ist das eine Verkaufsveranstaltung für die Ausbildung?

Nein. Basismodul 1 ist ein in sich fast geschlossener Teil. Dieselben Inhalte bringe ich fast eins zu eins in Unternehmen und Konzerne, und dort gibt es nichts weiterzuverkaufen. Wie es weitergehen kann, steht auf Seite 11, damit du es vorher weißt.

→ Mir geht es gerade wirklich schlecht. Ist das Seminar etwas für mich?

Ärger, Erschöpfung, das Gefühl, im Kreis zu laufen: Damit kommen viele, dafür ist das Wochenende da. Mentaltraining ist aber Training für gesunde Menschen und ersetzt keine Psychotherapie und keine ärztliche Behandlung. Wenn du unsicher bist, ruf mich an, dann reden wir vorher.

→ Gibt es eine Geld-zurück-Garantie?

Für das Live-Wochenende nicht. Dort sitzt du im Raum und hast das Seminar erlebt, Raum und Verpflegung sind fix für dich gebucht. 14 Tage Geld-zurück gibt es in der Online-Ausbildung. Beschwert hat sich über dieses Wochenende allerdings seit 2003 noch nie jemand.

→ Was ist, wenn ich kurz vorher krank werde oder absagen muss?

Dann kommst du zum nächsten Termin. Deine Buchung verfällt nicht, auch wenn du erst zwei Tage vorher krank wirst: Melde dich kurz bei mir, und dein Platz wandert auf das nächste Wochenende. Geld zurück gibt es beim Live-Seminar keines, dein Platz bleibt dir aber.

→ Wo übernachte ich?

Am einfachsten direkt im Seminarhotel Gastagwirt, das Zimmer buchst du selbst. Das Hotel hat Hallenbad und Wellnessbereich. Wer aus der Gegend kommt, fährt am Abend heim.

→ Wie läuft die Zahlung?

Über das Anmeldeformular bekommst du die Rechnung von mir per Mail, zahlen kannst du per Überweisung, PayPal oder Klarna. Im Shop zahlst du gleich an der Kasse, auch in Raten über Klarna oder PayPal. Beides führt zum selben Seminarraum.

→ Was muss ich mitbringen?

Einen Stift und die Bereitschaft, zwei Tage lang ehrlich zu dir selbst zu sein. Vorwissen und Vorbereitung brauchst du keine, die Unterlage liegt am Samstag an deinem Platz.

„Das Bauchgefühl hat gesagt: Da bin ich richtig aufgehoben. Mich hat diese Ehrlichkeit fasziniert. Ich hab so viele Schlüsselerlebnisse gehabt bei dir, die ich heute noch reflektiere."

Josef Schratter · Abteilungsleiter in einem Industrieunternehmen

DEINE ENTSCHEIDUNG

Die nächsten Termine. *Und was danach kommen kann, wenn du willst.*

Die nächsten Termine

Immer Samstag 9 bis 18 Uhr und Sonntag 9 bis 17 Uhr im Seminarhotel Gastagwirt, Eugendorf bei Salzburg. Meistens sitzen 13 Leute im Raum.

07.–08.11.2026 Samstag und Sonntag · Gastagwirt, Eugendorf

23.–24.01.2027 Samstag und Sonntag · Gastagwirt, Eugendorf

19.–20.06.2027 Samstag und Sonntag · Gastagwirt, Eugendorf

Weitere Termine stehen auf re-agieren.at/b1.

Hör auf zu warten. Die „Rute im Fenster" muss nicht erst brennen. Du kannst dich auch entscheiden, bevor es wehtut. Es sind nur zwei Tage. Doch es sind die zwei Tage, von denen du vielleicht in zehn Jahren sagst:

„Da hat mein neues Leben angefangen."

Und danach? Musst du gar nichts.

Basismodul 1 steht für sich. Dass trotzdem rund 70 Prozent der Teilnehmer nachher weitermachen, liegt an den Inhalten: Viele wollen danach in die Tiefe. Wer nach den zwei Tagen merkt, dass da noch mehr liegt, hat zwei Möglichkeiten:

- ✓ **Basismodul 2, die Vertiefung:** drei Tage im Gastagwirt mit vielen Übungen, für die Muster, die sich besonders hartnäckig halten. 698 Euro einzeln. Wer Basismodul 1 und 2 gleich zusammen bucht, zahlt 998 Euro statt 1.196 Euro.
- ✓ **Die Live-Ausbildung zum:zur Dipl. Mentaltrainer:in:** Basismodul 1 und 2 sind ihre ersten beiden Bausteine. Alles dazu auf re-agieren.at/ausbildung.

Magdalena ist Unternehmerin, hat 2020 mit dem ersten Modul angefangen und 2025 ihr Diplom abgeholt. „Für mich war klar: Was ich da rauskriege, kann man mit Geld eigentlich gar nicht aufwiegen."

Magdalena Sinzinger · Unternehmerin · Absolventin 2025

SO GEHT ES WEITER

1. **Termin aussuchen**
   Einer der drei oben, oder ein späterer auf re-agieren.at/b1.
2. **Anmelden**
   Formular oder Shop, beide Codes auf der Rückseite. Lieber vorher reden? Ruf an: +43 676 3400400.
3. **Samstag, 9 Uhr, Gastagwirt**
   Stift mitbringen. Den Rest machen wir im Raum.

ZWEI WEGE, EIN SEMINARRAUM

Ja, ich will dabei sein. *So meldest du dich an.*

Weg 1 · Das Anmeldeformular · du trägst dich ein, die Rechnung kommt von mir per Mail
zahlen per Überweisung, PayPal oder Klarna · wenn du vorher noch eine Frage hast, steht auf derselben Seite auch mein Kalender für ein Gespräch

scannen, anmelden

498 €

Weg 2 · Gleich im Shop buchen · wenn du schon sicher bist
Termin wählen, in den Warenkorb, an der Kasse zahlen, auch in Raten über Klarna oder PayPal · dein Platz ist damit sofort gesichert

scannen, buchen

498 €

Basismodul 1 und 2 zusammen · zwei plus drei Tage
statt 1.196 Euro · über das Formular oder im Gespräch

998 €

NÄCHSTER TERMIN

07.–08.11.2026
Seminarhotel Gastagwirt, Eugendorf bei Salzburg. Weitere Termine: 23.–24.01.2027, 19.–20.06.2027.

FRAGEN

+43 676 3400400
office@re-agieren.at
Du redest direkt mit Wolfgang.

DABEI

Mittagessen, Pausen, Getränke, 48 Seiten Unterlage und Zertifikat. Vor Ort zahlst du nichts nach. Wenn du krank wirst, wandert dein Platz auf den nächsten Termin.

RE-agieren
Institut für Mental- und Personaltraining e.U. · Wolfgang Reichl-Furthner
Aham 12 · 4962 St. Peter am Hart · Österreich · www.re-agieren.at

Mentaltraining ist Training für gesunde Menschen und ersetzt keine Psychotherapie, ärztliche Diagnose oder Behandlung. Erfahrungsberichte sind Einzelfälle und keine zugesicherte Eigenschaft. Zitate aus der Interviewreihe AUFGEGANGEN für die Lesbarkeit behutsam geglättet. Preise Stand Oktober 2026, steuerfrei gem. § 6 (1) 11 lit. a u. b UStG.