

## Wer hat an der Uhr gedreht?

– Vom Selbst- und Wir-Management

10.-11. Juni 2016 in Hannover

### Inhalt

Zeit- und Selbstmanagement ist nicht nur ein persönliches Thema, sondern unterstützt auch die Weiterentwicklung der Organisation. Wie im Sport so gibt es auch im Zeit- und Selbstmanagement Regeln und Prinzipien, deren Einhaltung helfen kann, den Zeitmangel in den Griff zu bekommen. Die wichtigsten Methoden zum Zeit- und Selbstmanagement und ihre Wirkungszusammenhänge werden im Seminar erlernt und angewendet.

- + Erhöhung der Effizienz und schlanken Zielerreichung durch Planung und Vorbereitung
- + Prioritäten und Werte klären, um dem Tag, den Wochen und den Monaten Struktur zu geben
- + Klärung der Frage nach dem Wesentlichen im täglichen Miteinander
- + Bedeutung des Energiemanagements für den Einzelnen und die Gruppe
- + Anlegen von Checklisten als Aufbau eines Erinnerungssystem

### Zielgruppe

- + Hauptberufliche und ehrenamtliche Führungs- und Nachwuchsführungskräfte
- + Team- und Projektleitende
- + Personalverantwortliche und beratende und engagierte Personen der Sportorganisationen

### Trainer

Friedel Gaidt (Wetter an der Ruhr)

**Beginn** 1. Tag 10:00 Uhr, Ende 2. Tag 16:30 Uhr

### Kosten

€ 175,00 für TN aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen e.V.

€ 350,00 für alle anderen TN

Inkl. Vollverpflegung, Arbeitsmaterialien, Übernachtung im DZ mit Dusche / WC, EZ-Zuschlag 11,50 € pro Tag

### Veranstaltungsort / Kontakt

Akademie des Sports des LandesSportBundes Niedersachsen e.V.

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover

Tel.: 0511-1268-305, Fax: 0511-1268-4305 (dkrause@lsb-niedersachsen.de)

**Anmeldeschluss:** spätestens 14 Tage vor Beginn der Maßnahme

Anmeldeformular – siehe nächste Seite



# Anmeldung

Akademie des Sports  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke Weg 10  
30169 Hannover  
Fax: 0511 1268-4305



im LandesSportBund Niedersachsen e. V.  
Mitglied im Europäischen Netzwerk der Akademien des Sports

## Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgender Maßnahme an:

Bitte vollständig und in Druckbuchstaben ausfüllen.

Termine:: 10.-11.06.2016	Titel: Wer hat an der Uhr gedreht? – Vom Selbst und Wir-Management	
Vorname u. Name:		Geb.-Datum:
Straße u. Hausnummer:		
PLZ u. Ort:		
Telefon:	E-Mail:	
Mitglied in folgendem Sportverein:		<input type="checkbox"/> Ich bin <b>nicht</b> Mitglied eines Sportvereins*
Mein Verein ist Mitglied des Landessportbundes Niedersachsen*		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein

\* Teilnehmende, die nicht in einem Sportverein des LandesSportBundes Nds. Mitglied sind, zahlen eine erhöhte Teilnahmegebühr.

Übernachtung:	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	Einzelzimmerwunsch:**	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Vegetarisches Essen erwünscht:	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	Ich werde Bildungsurlaub beantragen: ***	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Ich habe folgenden Assistenzbedarf:			

\*\* In der Regel erfolgt die Unterbringung in Doppelzimmern. Bei Bereitstellung eines Einzelzimmers, ist ein Zuschlag zu entrichten.

\*\*\* Gilt nur für Maßnahmen, die nach dem Niedersächsischem Bildungsurlaubsgesetz anerkannt sind.

## SEPA-Lastschrift

Gläubiger-Identifikationsnummer: **Diese wird Ihnen mit der Anmeldebestätigung mitgeteilt!**  
Mandatsreferenz: **Diese wird Ihnen mit der Anmeldebestätigung mitgeteilt!**

Ich ermächtige den LandesSportBund Niedersachsen e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom LandesSportBund Niedersachsen e.V., auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name des Kreditinstitutes:

BIC:

IBAN:

Abweichende/r Kontoinhaber/in:

(wenn mit Teilnehmerin bzw. Teilnehmer nicht identisch ist)

Ort, Datum

**Unterschrift der Kontoinhaberin/des Kontoinhabers**

(wenn nicht mit Teilnehmerin/Teilnehmer identisch)

Mit der Weiterleitung meiner Adressdaten (inkl. Telefon und E-Mail) an die übrigen Teilnehmenden zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften bin ich **nicht** einverstanden.

**Datenschutzhinweis:** Die Anmelde Daten werden unter Berücksichtigung des Datenschutzes elektronisch gespeichert.

### Abmeldung und Stornierung

Bei einer Abmeldung bis 4 Wochen vor Beginn der Maßnahme wird die eingezogene Teilnahmegebühr zurückerstattet. Hierbei gilt das Datum der telefonischen Nachricht, des Post- bzw. Faxeinganges in der Akademie des Sports bzw. das Empfangsdatum der gesendeten E-Mail. Bei einer späteren Abmeldung erfolgt keine Rückerstattung der Teilnahmegebühr.

Sollte die Maßnahme nicht stattfinden, wird die Teilnahmegebühr zurückerstattet.

Bei Problemkonten (unzureichende Angaben) erheben die Banken eine Bearbeitungsgebühr die den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in Rechnung gestellt wird.

Ort, Datum

Unterschrift (bei Minderjährigen der/des Sorgeberechtigten)