

neugierig – hilfsbereit – offen



ASS Institut
Taiji – Qigong – Martial Arts
powered by PRT

In 30 Jahren haben wir viele Trends kommen und gehen sehen. Irgendwann wollten wir nicht mehr nur reagieren, sondern kommende Entwicklungen antizipieren. Heute installieren wir mit den flexiblen PRT-Leitlinien eine wandlungsfähige Struktur, über die wir die verschiedensten Inhalte transportieren können.



Dieter Mayer
d.mayer@ass-institut.de

Power-Response-Entwickler,
Ausbilder für Taiji und Kampfkunst im ASS-Institut
Deeskalations-Trainer
Fitness-Trainer
Buchautor, Musiker



Gaby Eder
verwaltung@ass-institut.de

Power-Response-Ausbilderin
Ausbilderin für Qigong im ASS-Institut
Deeskalations-Trainerin
Faszien-Fitness-Trainerin

Jetzt auf YouTube
den Trailer ansehen:



15 h Videomaterial



Dieter Mayer · 0179 / 2 99 59 31
Gaby Eder · 0871 / 9 45 31 80
www.ass-institut.de



© www.renner-medien.de · Titelbild: shutterstock



PRT-powered trainieren.

Mobile Teams
brauchen flexible Strukturen.



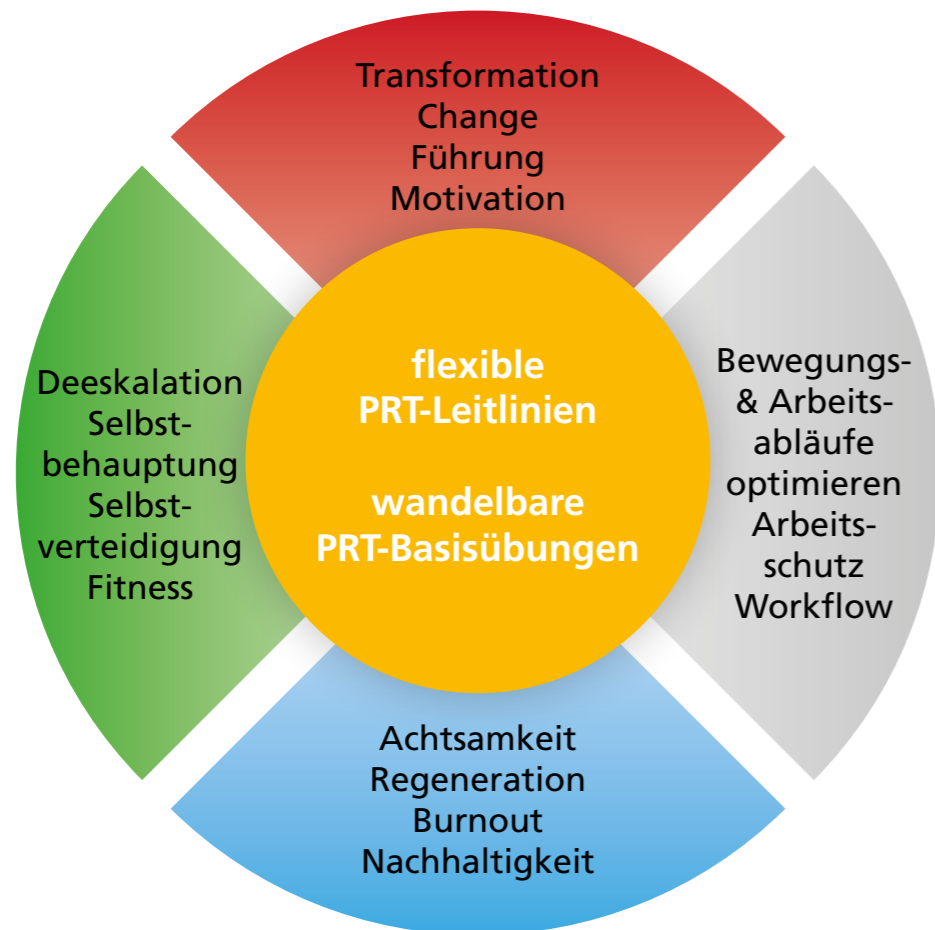
konsequent anwenden – clever bewegen – unbegrenzt profitieren

Überall brennt's, es wird eng, der Stresslevel steigt, alles wird zu viel und die Kräfte schwinden...

In kritischen Situationen vernebeln uns unsere Fight or Flight-Reaktionen die Sicht und wir verlieren die Kontrolle. Damit Sie im entscheidenden Moment souverän reagieren und starke Entscheidungen treffen können, üben wir mit Ihnen die situationsgerechte Anwendung der flexiblen PRT-Leitlinien. Sie wurden im ASS-Institut für Taiji, Qigong und Martial Arts entwickelt und unter extremen Bedingungen getestet.

Wenn Sie die flexiblen PRT-Leitlinien in Ihrem Umfeld konsequent anwenden, werden Sie sich immer cleverer bewegen. Sie werden dynamischer und effizienter arbeiten und Ihre Abläufe immer weiter optimieren. Ihr schmerzender Rücken und Ihr verspannter Nacken werden es Ihnen danken.

Powered by PRT können Sie noch viel mehr. Sie können sich selber schützen, Konflikte deeskalieren, Ihre Kommunikation verbessern, Ihre Teamfähigkeit fördern, Stress reduzieren, besser für sich selber sorgen, Ihre Stimme entwickeln, rhythmische Sicherheit gewinnen, Flow erleben, uvm...



mitmachen – umsetzen – erweitern

Wir schaffen Szenarien, in denen Sie kreativ experimentieren und sich körperlich, geistig, emotional und instinktiv mit Ihren Fragestellungen auseinandersetzen können. Sie geben uns die Inhalte vor und wir sorgen für eine professionelle Umsetzung. Gerne beraten wir Sie, wie wir Ihre wertvolle Zeit am besten nützen können.

So könnte Ihr Power-Response-Kurs aussehen:

- **Live vor Ort:** München, Landshut, Landsberg am Lech oder in Ihrem Unternehmen
- **Online:** Zoom-Meetings in Kombination mit unserem Online-Trainingsprogramm
„Dein Unternehmen – Deine Abläufe - Dein Style – powered by PRT“

Beliebte Trainings (Beispiele):

- „Workflow – Rückengerecht, effizient und dynamisch anpacken“
- „Stark auftreten, aber sicher – Deeskalation, Selbstbehauptung und -verteidigung“
- „Burn In – Gelöst, entspannt und achtsam“
- „Dein Widerstand macht es mir leicht – Führung, Change, Teambuilding, Verhandeln“
- „A bisserl was geht immer – Trainieren am Arbeitsplatz“
- „Bindungsorientiert schützen, stärken und bewahren – Deeskalation und Selbstfürsorge in der Sozialen Arbeit“
- „Sicher, orientiert und selbstbestimmt – Körperübungen traumasensibel anleiten“

Mögliche Kurselemente:

- Achtsamkeit, Bewegung, Atem und Stimme
- Rhythmus und Groove – pulsierende Gelenke und federnde Muskeln
- Stretching, Qigong, Kampfkunst, Akupressur, Selbstmassage, Faszienrolle
- Spiralbewegung, Aufrichtung, Bewegungsmuster, Power-Response-Dynamik
- Selbstreflexion, Gruppenarbeit, Impulsvorträge, Blitzlichter, Situationstraining

Online wiederholen, ergänzen und vertiefen

Mit der Kombination aus Live-Seminaren und Online-Trainingsprogramm verankern Sie die flexiblen PRT-Leitlinien in Ihrem Team. Powered by PRT erschließen Sie sich weitere Anwendungsmöglichkeiten und kreieren Ihren eigenen Style.

**Sie haben Fragen?
Wir beraten Sie gerne:
Tel. 0179 / 2 99 59 31**