

Female Leader *Shift* Academy



SELBSTFÜHRUNG
als Fundament

→ **Selbstführung & innere Stabilität**

raus aus Selbstzweifeln und Hürden, die dich innerlich noch sabotieren



FÜHRUNGSKOMPETENZ
& Klarheit
statt Anpassung

→ **Mitarbeiterführung & souveräne Präsenz in deiner Rolle**

→ **klare Kommunikation & gesunde Grenzen**
im Führungsalltag



ENERGIEMANAGEMENT
statt Überforderung

→ **Resilienz & Energiemanagement**

→ **Effizienz- und Effektivitäts-Tools**
für mehr Wirksamkeit in weniger Zeit (inkl. Zyklus als Kraftquelle nutzen)

Frauen müssen nicht führen wie Männer.

Führung muss lernen, weibliche Stärke zu integrieren.

SINA BACHMANN



**Selbstbewusst.
Authentisch.
Weiblich führen.**

Ohne dich zu verbiegen, oder eine Rolle zu spielen.

8 Jahre

Führungserfahrung

3.000 Std. +

Coachings & Trainings



SINA BACHMANN
COACHING - TRAINING - KEYNOTES

Female LeaderShift Academy



Du bist in Führung, oder auf dem Weg dorthin und weißt eigentlich, was du kannst...

...aber innerlich zweifelst du trotzdem manchmal, ob du wirklich „gut genug“ bist?

Du passt dich an, um gemocht zu werden, oder wirst härter, um ernst genommen zu werden.

Beides fühlt sich nicht wirklich nach dir an.

Du hast oft das Gefühl, dass ein Tag eigentlich 30 Stunden haben müsste, damit alles Platz findet.

Die Female LeaderShift Academy ist ein transformierendes

12-Wochen-Online-Gruppencoaching

in einer **kleinen begleiteten Gruppe** von maximal 6 Frauen, kombiniert mit

Deep-Dive-Einzelsessions.

Auch für Unternehmen:

Ein Entwicklungsprogramm für weibliche Führungskräfte, die klarer führen, gesünder arbeiten und langfristig wirksam bleiben.

„Du brauchst nicht mehr Wissen. Du brauchst einen Raum, der dich ins TUN bringt.“

Invest: **3.333 €**

Wirksam & Nachhaltig

6 Gruppensessions (à 120 Min.)

4 Deep-Dive-Einzelsessions (à 120 Min.)

Begleitung im Alltag via WhatsApp



SINA BACHMANN
COACHING - TRAINING - KEYNOTES

Implusvorträge & Workshops



Meine Vorträge bringen Tiefe, Praxis und echte Reflexion zusammen.

Kleiner Auszug aus der Themenauswahl:



selbstbewusst & authentisch weiblich führen im Unternehmenskontext.

→ Wie Frauen ihre Führungsrolle klar einnehmen und wirksam werden, ohne sich selbst zu verlieren.



Resilienz & Energiemanagement statt Dauerhustle.

→ Wie Leader auch in anspruchsvollen Phasen innerlich stabil und leistungsfähig bleiben.



Zyklus als produktive Ressource im Arbeitsalltag.

→ Wie Frauen ihre Energie gezielt nutzen, statt gegen den eigenen Rhythmus zu arbeiten.

Weitere auf Anfrage

Optional und ergänzend:

→ **interaktive Workshops** und Begleitung für direkte Umsetzung im Team



SINA BACHMANN
COACHING - TRAINING - KEYNOTES