

Anfahrtsweg.



Auto Autobahn A4 Ausfahrt Affoltern am Albis, Richtung Obfelden, rechts in die Muristrasse (bei der Landi vorbei) rechts abbiegen in die Affolternstrasse, eingangs Ottenbach, erste Strasse links ins Unteremmättli abbiegen.

Zug S5 oder S14 bis Affoltern am Albis, mit dem Bus 213 nach Ottenbach Bushaltestelle Ulmenhof aussteigen, zu Fuss 3 Min. bis Unteremmättli 10



Unteremmättli 10
8913 Ottenbach
Telefon 0041 43 300 43 53
Mobile 0041 79 631 91 60
www.sonnenpferd.ch
simone.landolt@sonnenpferd.ch

Simone Landolt.

Eigentlich war Simone Landolts Lebensweg vorprogrammiert: Nach ihrem erfolgreichen Abschluss in BWL an der Hochschule in St. Gallen stieg sie bei einem internationalen IT-Unternehmen in die Finanzierungsabteilung ein. Alles sah nach einer klassischen Karriere aus – doch das Streben nach Macht, Geld und Profilierung in der heutigen Wirtschaftswelt setzten ihr zu. Ihr Körper wie auch ihr Geist sendeten Warnsignale, welche die aufgestellte Zürcherin missachtete, bis gar nichts mehr ging und sie mit einer schweren Erschöpfungsdepression in der Klinik landete. Ein Schock für die damals 29-jährige, wenn auch ein heilsamer. Denn es war der Wendepunkt in ihrem Leben. Sie hängte die HSG-Karriere an den Nagel und fing an, sich selbst bewusst wahr zu nehmen und sich mit ihren Gefühlen auseinander zu setzen. In dieser Zeit erfüllte sich die begeisterte Reiterin einen Herzenswunsch und kaufte sich ihr erstes eigenes Pferd. Daneben absolvierte sie ein Zusatzstudium in Wirtschaftspädagogik und liess sich während zwei Jahren als Persönlichkeitstrainerin mit Pferden ausbilden.

Heute wohnt die 1970 geborene Zürcherin mit ihrer Tochter und ihrem Mann in Ottenbach (ZH). Im Stall vor dem Haus stehen mittlerweile drei Pferde, ihre Co-Coaches. Diese unterstützen sie bei ihrer abwechslungsreichen und erfüllenden Arbeit mit Mensch und Tier im Einklang mit der Natur.



Sonnenpferd
Coaching mit Mensch & Pferd

☆☆☆
Die pferdeunterstützte
Persönlichkeitsentwicklung
hilft Dir,
Deinen eigenen
Weg zu gehen.

Coaching mit Pferden.

Pferde eignen sich nicht nur als Freund oder Sportspartner – sondern auch als Therapeuten. Die Vierbeiner sind Herdentiere und sind es gewohnt, genau auf ihre Umgebung zu achten.



Sie reagieren auf die Körpersprache und Haltung und zeigen Gefühle und Stimmungen auf. Sie lassen sich nicht blenden von toller Kleidung oder Statussymbolen, sondern blicken tief unter die Oberfläche. Mit ihrer authentischen Art im Hier und Jetzt zeigt Dir das Pferd während der Begegnung unvoreingenommen, was Du in diesem Moment ausdrückst. Mit Hilfe des Coaches, der die Pferdesprache übersetzt und mit gezielten Fragen die Begegnung begleitet, können so unterdrückte Wünsche aufgedeckt oder alter Ballast abgeworfen werden.

Das Erlebnis ist in jedem Fall eindrücklich und berührend – oft auch lustig – denn schliesslich sind Pferde verspielte und vertrauensvolle Wesen.

Und keine Angst: Erfahrung im Umgang mit den Vierbeinern ist nicht erforderlich. Oft ist es sogar besser, wenn keine Vorkenntnisse vorhanden sind.

Pferde sind der Spiegel
Deiner Seele. ☆
Manchmal wird Dir nicht
gefallen, was Du siehst,
manchmal aber doch.

Buck Brannaman – der wahre Pferdeflüsterer

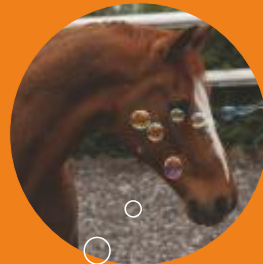
Coaching mit Wirkung.

Der Nutzen der Coachings ist so vielfältig wie die möglichen Anwendungsbereiche und hängt stark von der Person ab.

Es kann kurzfristig helfen, für einen Augenblick die Perspektive zu wechseln. Sich selbst von aussen zu betrachten oder akute Knoten zu lösen. Mittelfristig beeinflusst es die Wahrnehmung der eigenen Person, was langfristig den Lebensweg grundlegend verändert.

Wer sich einmal auf den Weg macht, seine eigene Persönlichkeit zu erkunden und auf sein Herz zu hören, der findet auch den Weg zur eigenen, wahrhaftigen Zufriedenheit.

„Ich habe bei Simone mehrere Einzelcoachings absolviert. Dank diesen Sitzungen bin ich endlich meiner wahren Berufung nachgegangen und bilde mich nun als Musiktherapeutin aus!“ E.L. aus Bern.



Sonnenpferd Coaching. Etwas für Dich?

Hast Du Ängste oder Zweifel? Fühlst Du dich schlapp und unmotiviert? Fühlst Du dich gestresst und von der Aussenwelt getrieben? Weisst du nicht, für was Du dich entscheiden sollst? Oder hapert es in der Beziehung?

Das Coaching mit Pferden ist sehr vielseitig einsetzbar und ist für jeden geeignet, der sich selbst weiter entwickeln möchte. Konkrete Fachgebiete von „Sonnenpferd“ sind:

- Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit
- Beistand in Lebenskrisen oder Stresssituationen
- Hilfestellung bei wichtigen Entscheidungen
- Unterstützung von Burnout- oder Depressionspatienten
- Beziehungsarbeit für Familien, Paare oder Freunde
- Verarbeitung von Schicksalsschlägen

