

Persoonlijk Leiderschap trektocht

Na deze transformatieve trektocht in de natuur heb je helder inzicht in wie je op dieper niveau bent. Je weet waar je voor staat en wat je te doen hebt. Dit resulteert in een duidelijke richting en focus voor je werk en leven.



Alle groepen die in samenwerking met MyQuest en ICM worden aangeboden, zijn inmiddels **vol**.

Het traject wordt op dit moment nog wél zelfstandig aangeboden via MyQuest en heet: **QuestTrek Life Design**. Voor actuele startdata en inschrijving kun je terecht op hun website: [MyQuest](#).

Het traject dat via ICM wordt aangeboden is inhoudelijk precies hetzelfde als het traject via MyQuest. Je hoeft je dus geen zorgen te maken: de opzet, inhoud en begeleiding blijven volledig gelijk.

-

QuestTrek: transformatieve trektocht in de natuur

Wil je opnieuw je positie bepalen in je leven of loopbaan? Voel je dat er discrepantie is tussen wat je doet en wie je bent? Wil je je talenten en kwaliteiten verder ontwikkelen? En ben je nieuwsgierig hoe ver jouw potentieel reikt? Dit programma nodigt je uit om hier heldere, diepgaande antwoorden op te vinden.

De combinatie van de trektocht, intensieve persoonlijke coaching en het verblijf in de natuur maakt deze reis tot een ervaring die echt iets in beweging zet. Je mindset, gedrag en hoe je dat uitstraalt, veranderen bijna als vanzelf mee.

Kenmerken

Studieduur	1 week
Investering	€ 2.450,-
Aantal locaties	0

Deze indrukwekkende trektocht komt voort uit de waardevolle samenwerking tussen ICM en [MyQuest](#).

Unieke voordelen



- ✓ Intensieve individuele begeleiding door de beste coaches met jarenlange ervaring
- ✓ Kleine groep (maximaal acht deelnemers)
- ✓ Verbinding tussen hoofd, hart en lichaam (intuïtie)
- ✓ Je bent in de natuur en wandelt: wandelen spreekt het oplossend creatieve vermogen van onze hersenen aan

Resultaat



- ✓ Je krijgt inzicht in je (belemmerende) gedragspatronen en dynamieken
- ✓ Je verdiept en ontwikkelt je kwaliteiten en talenten
- ✓ Je leert om vanuit vertrouwen en intuïtie keuzes te maken
- ✓ Je leert bewuster en authentieker in het leven en je werk te staan
- ✓ Je formuleert je doelen voor de aankomende vijf jaar
- ✓ Je hebt hernieuwde motivatie en moed om je doelen te bereiken
- ✓ Je weet wie je bent en waar je voor staat

Doelgroep



Alle groepen die in samenwerking met MyQuest en ICM worden aangeboden, zijn inmiddels **vol**.

Het traject wordt op dit moment nog wél zelfstandig aangeboden via MyQuest en heet: **QuestTrek Life Design**. Voor actuele startdata en inschrijving kun je terecht op hun website: [MyQuest](#).

Het traject dat via ICM wordt aangeboden is inhoudelijk precies hetzelfde als het traject via MyQuest. Je hoeft je dus geen zorgen te maken: de opzet, inhoud en begeleiding blijven volledig gelijk.

Deze trektocht is voor iedereen die zichpersoonlijk wil ontwikkelen. Wil je dit bereiken in de mooie Nederlandse natuur waarbij je per dag circa 10 tot 16 km in etappes loopt? En ben jij bereid een commitment te maken om drieënhalve dag offline te zijn? Dan is deze trektocht iets voor jou. Je hoeft geen geoefende wandelaar te zijn.

Programma



Alle groepen die in samenwerking met MyQuest en ICM worden aangeboden, zijn inmiddels **vol**.

Het traject wordt op dit moment nog wél zelfstandig aangeboden via MyQuest en heet: **QuestTrek Life Design**. Voor actuele startdata en inschrijving kun je terecht op hun website: [MyQuest](#).

Het traject dat via ICM wordt aangeboden is inhoudelijk precies hetzelfde als het traject via MyQuest. Je hoeft je dus geen zorgen te maken: de opzet, inhoud en begeleiding blijven volledig gelijk.

Voorafgaand aan deze trektocht

Je start met een online, wetenschappelijk onderbouwde talententest. Daarnaast vul je een vragenlijst in ter voorbereiding op een telefonische intake, die ongeveer één tot twee weken voor vertrek plaatsvindt. Binnen twee maanden na de trektocht volgt nog een telefonisch coachgesprek met de coach die jou begeleidt heeft.

Dag 1: Gedragspatronen en dynamieken

Je krijgt diepgaand inzicht in je gedragspatronen en dynamieken die je in je leven hebt ontwikkeld. Patronen die je mogelijk tegenhouden om voluit jezelf te zijn.

Dag 2: Vertrouwen en intuïtie

Vandaag maak je vanuit vertrouwen verbinding met je kernwaarden, kwaliteiten en innerlijke wijsheid. Zo krijg je makkelijker toegang tot je intuïtie en sta je open voor je verlangens, mogelijkheden en groei.

Dag 3: Authenticiteit en moed

Dit is de dag van de waarheid. Ben je bereid om radicaal voor jezelf te kiezen en te doen wat echt bij jou past? Durf je leiding te nemen over je eigen leven? Vandaag draait het om keuzes maken die kloppen met wie jij bent, en daar zichtbaar uiting aan geven.

Dag 4: Focus en heldere richting

Je werkt een plan uit voor de komende vijf jaar, gebaseerd op de inzichten van de afgelopen dagen. Je voelt enthousiasme, moed en motivatie om stappen te zetten en afspraken met jezelf te maken die buiten je comfortzone liggen, maar volledig aansluiten bij je potentieel.



Talententest en persoonlijke intake

Voorafgaand aan de trektocht doe je online een wetenschappelijk onderbouwde talententest. Verder vul je een vragenlijst in ter voorbereiding op een telefonische intake. Deze intake zal ongeveer twee weken voor vertrek plaatsvinden. Tijdens de intake geef je aan wat jouw leerdoelen, wensen en verwachtingen zijn. Je maakt daarmee vooraf helder wat je wilt bereiken; zowel voor jezelf als voor de trainer. Jouw persoonlijke leerdoelen staan centraal tijdens de training.

Het voordeel van wandelen

Lopen werkt stimulerend. De beweging activeert het oplossende deel van je hersenen. Door een ruimere blik ontdek je nieuwe mogelijkheden, kijk je frisser en creatiever. Lopen zorgt ook voor natuurlijke momenten van stilte, waarop je dieper inzicht in jezelf krijgt. Het versterkt je vertrouwen, daadkracht, samenwerking en vermogen tot inspireren. Je ontdekt nieuwe motivatie en drijfveren in jezelf, die je stevigheid geven voor je plannen. Je grenzen worden helderder, je hebt meer zin, meer kracht. Je hoeft geen geïmproviseerd wandelaar te zijn. Per dag loop je circa 10 tot 16 km, in etappes.

De coaches

Wij nemen de beste persoonlijke coaches mee die jarenlange ervaring hebben in het werken met bewezen effectieve technieken, waaronder Theory U, CoActive Coaching, Psychodrama/Voice dialogue en systeemopstellingen. Per iedere vier deelnemers gaat er één coach mee.

Online leeromgeving

Voor en na de meerdaagse trektocht werk je met de online leeromgeving die je ondersteunt in je leerproces.

ICM-certificaat

Na afloop van de trektocht ontvang je het ICM-certificaat.

Groepsgrootte

6-8 personen.



Let op:

Alle groepen die in samenwerking met MyQuest en ICM worden aangeboden, zijn inmiddels **vol**.

Het traject wordt op dit moment nog wél zelfstandig aangeboden via MyQuest en heet: **QuestTrek Life Design**. Voor actuele startdata en inschrijving kun je terecht op hun website: [MyQuest](#).

Het traject dat via ICM wordt aangeboden is inhoudelijk precies hetzelfde als het traject via MyQuest. Je hoeft je dus geen zorgen te maken: de opzet, inhoud en begeleiding blijven volledig gelijk.

De Persoonlijk Leiderschap trektocht start op dag 1 om 18.00 uur in Winterswijk. De trektocht eindigt op dag 4 rond 17.00 uur. De trektocht vindt plaats rondom Winterswijk. We verblijven tijdens deze rondtrektocht op verschillende locaties.

Let op: door mee te doen aan dit programma maak je een commitment om drieënhalve dag offline te zijn (noodgevallen uitgezonderd).

De training wordt verzorgd in .

Investingering



De investering bedraagt € 2.450,-.

Alle groepen die in samenwerking met MyQuest en ICM worden aangeboden, zijn inmiddels **vol**.

Het traject wordt op dit moment nog wél zelfstandig aangeboden via MyQuest en heet: **QuestTrek Life Design**. Voor actuele startdata en inschrijving kun je terecht op hun website: [MyQuest](#).

Het traject dat via ICM wordt aangeboden is inhoudelijk precies hetzelfde als het traject via MyQuest. Je hoeft je dus geen zorgen te maken: de opzet, inhoud en begeleiding blijven volledig gelijk.

Dit bedrag is inclusief:

- Een telefonische intake
- Een wetenschappelijk onderbouwde talententest
- Professionele begeleiding
- Overnachting in een eenpersoonskamer op drie verschillende accommodaties
- Gezonde maaltijden
- Een coachgesprek na afloop
- Online leeromgeving

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

[Meer informatie](#)

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

[Meer informatie](#)

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Veelgestelde vragen

1. Waar verblijf ik? Hoe is het eten? Is er drank? We verblijven in eenvoudige onderkomens, denk aan een familiehotel, B&B of groepaccommodatie. Voor de avondmaaltijd wordt gezorgd en de lunch is vaak een picknick onderweg. Met speciale dieetwensen kunnen we rekening houden. Geef dit aan op het inschrijfformulier. Om de trektocht zo bewust mogelijk te beleven, drinken we geen alcohol.

2. Is het lopen zwaar? Overdag loop je met je eigen rugzak van de ene accommodatie naar de andere. Gemiddeld loop je ongeveer 14 kilometer per dag in rustig tempo en met pauzes. De eerste wandeldagen zijn wat langer, de laatste dag is korter. De tocht is voor iedereen met een redelijke conditie normaal gesproken goed te doen. Mocht je hierover twijfelen, neem dan even contact met ons op.

3. Ben ik bereikbaar tijdens de trektocht? We raden je aan om offline te gaan voor de duur van de trektocht, dit maakt je leren diepgaander. Je kunt de contactgegevens van de coaches doorgeven aan familie of anderen voor noodgevallen.

4. Wat moet ik meenemen? Na aanmelding ontvang je een materiaallijst.

Ervaringen

“Ik heb dit echt ervaren als een APK voor mezelf. Op elk moment van je leven is het waardevol om zo'n tocht te maken en in een veilige setting naar je eigen patronen te kijken en stil te staan bij wat je doet en wat er gebeurt in je leven.” [Bekijk het uitgebreide interview met deelnemer Ingrid](#)

“De coaches luisterden naar ons zonder te oordelen. Daarna gebruikten ze onze eigen woorden om te reflecteren op onze patronen en valkuilen. Zo hielden ze me op hele natuurlijke manier een spiegel voor.” [Bekijk het uitgebreide interview met deelnemer Jessica](#)

“Ik had nooit durven dromen dat die paar dagen zo'n grote impact zouden hebben en me zoveel inzichten zouden opleveren. Wat het me concreet gebracht heeft? Een flinke dosis zelfkennis – waar ben ik goed in en wat zijn mijn kernwaarden? – en hoe zet ik die in? Ik kijk anders tegen dingen aan en heb het antwoord gevonden op de vraag waarom ik altijd onrust in me had – iets wat me met reguliere coaching nooit is gelukt. Met deze nieuwe inzichten kan ik concreet aan de slag om verdere stappen te nemen en dat is een fantastisch gevoel!”

“De kracht van deze training ten opzichte van de reguliere een-op-een coachingstrajecten zit 'm in een paar dingen. Je bent 3,5 dag offline en compleet los van je dagelijkse routine. Het groepsaspect geeft een extra dimensie want je coacht ook elkaar, leert van elkaar en ziet met eigen ogen dat iedereen dingen heeft waarmee hij of zij worstelt (en het effect daarvan). Geen powerpointpresentaties maar oprecht geïnteresseerde coaches die alles uit de kast trekken om het beste uit een ander te halen.”

Advies



Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

<https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/meerdaagse-trektocht-voor-persoonlijke-groei/>

Of bel 030 - 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.