

LEDELSE DER MÆRKES: FRA ÅNDEDRÆT TIL ORGANISATIONSUDVIKLING

Oplevelsesbaseret lederudviklingsforløb med træning i breathwork, personlig autoritet, følelsesmæssig intelligens og kulturudvikling – så du står stærkt, også når presset stiger.

Med Anders Trillingsgaard (UKON) og Johan Frederik Banzhaf (CultureLead)



TO VERDENER MØDES

I en tid, hvor kognitivt overload er hverdag, har vi ikke brug for mere information – vi har brug for at trække på dybere ressourcer.

For at stå mere rodfæstet. For at lede indefra og i kontakt. For at være både ambitiøse og effektfulde – og samtidig forbundne og forankrede. Dét kræver træning – og vi har brug for organisationskulturer, der tilbyder netop dette til flere.

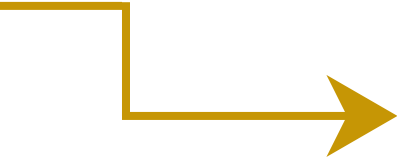
FORLØBET ER FOR DIG, DER:

- Træffer vigtige beslutninger – men ikke altid mærker dig selv i processen
- Har overblikket – men let bliver fanget i reaktioner og svære relationer
- Forsøger at skabe kultur – men mest oplever sproglige, overfladiske ændringer.

Du ønsker en ro, intensitet og klarhed, der følger dig – også i afgørende samtaler og valg. Så du kan være den, andre læner sig ind i.

I ET FORLØB OVER NI MÅNEDER STYRKER DU:

- **Din fysiologiske kapacitet til stressregulering og nervesystemsbalance**
Så du kan holde kursen, når tempoet stiger – og blive den, andre læner sig ind i.
- **Din følelsesmæssige intelligens i pressede situationer og relationer**
Så du kan reagere klart og konstruktivt i stedet for at blive fanget i gamle mønstre.
- **Din personlige autoritet og gennemslagskraft, også når noget står på spil**
Så du kan træde frem og tage rummet – uden at overtage det.
- **Din evne til at skabe commitment i teams og bevægelse i kulturen**
Så du kan få andre med og forme kultur og strukturer, der udvikler mennesker.



Strategi, organisations- og ledelsesudvikling og Kropsforankret ledelse med nærvær og kontakt

FORMAT & DESIGN

Vi mødes i et fortroligt læringsrum med max. 12 dedikerede ledere og erfarne konsulenter:

- Fire hele træningsdage – én pr. kvartal
- Fire mellemliggende kontaktpunkter (online sparring og opfølgning)
- Kontinuerlig integration i din hverdag og organisation.

Vi arbejder oplevelsesnært og praksisbaseret:

- Dybtgående, men tidsmæssigt muligt
- Med øvelser, direkte erfaring, feedback og forankring
- Ingen forelæsninger. Ingen slides. Kun relevant praksis.

Fire træningsrunder – to undervisere:

Anders Trillingsgaard (hovedet)
– strategi, ledelse og organisationsudvikling

Johan Frederik Banzhaf (kroppen)
– breathwork, nærvær og kropslig forankring



HVORFOR NU?

Forløbet er en unik mulighed for at arbejde tæt sammen med to eksperter i krydsfeltet mellem krop, psyke, relation og kultur.

Det er dig og din hverdag, vi arbejder med – ikke et pensum, du skal lære.

Altid med afsæt i konkrete beslutningsrum, teamprocesser og organisatoriske udfordringer. Vi går ikke kun efter perspektiv – men efter kapacitet.

Noget, du mærker i kroppen – og tager med hjem i praksis.

Vi træner. Vi reflekterer. Vi forandrer.

FORLØBET

Forløbet består af fire hele dage med fysisk fremmøde samt fire online-sessioner:

Hele dage 2026: 18/3, 19/5, 26/8, 5/11

Online træning, fredage kl. 13.00–14.30:

17/4, 12/6, 25/9, 15/1 2027

Pris

Pris: 2 x 19.500 kr. ekskl. moms, faktureret i hhv. 2025 og 2026

Kursussted

UKON

Brendstrupgårdsvej 13, 2. sal

8200 Aarhus N

(Vi henter dig gerne på Aarhus

Hovedbanegård eller i lufthavnen)

Antal pladser: Max. 12 deltagere.

TILMELDING

Sekretariat

info@ukon.dk

86261366

Anders Trillingsgaard

at@ukon.dk

28 63 79 29

Johan Frederik Banzhaf

info@culturelead.dk

31 32 40 30

Vil du vide, om forløbet er det rette for dig?

Skriv til Anders Trillingsgaard eller Johan

Frederik Banzhaf for en personlig afklaring.

