LEVEL UP

Lego,
Leadership &
Lagerfeuer

FREITAG, 10. APRIL 15 UHR BIS
SONNTAG, 12. APRIL 2026 13 UHR

PRESENTED BY:
Silvia Dobrovnik & Nicole Mitter

EXECUTIVE SUMMARY

3 TAGE, DIE FÜHRUNG NEU LEBEN LERNEN.

„Wenn du führen willst,
musst du dich selbst kennen.“

LEVELUP ist kein Seminar. Es ist ein Reset für Männer in Verantwortung.
Führung braucht Klarheit, Präsenz – und innere Stärke.
Genau hier setzen wir an.
In einer Umgebung fernab des Lärms entsteht Raum für Reflexion, Bewegung und Entscheidungskraft.
Kein Beamer. Kein Blabla. Nur das, was wirkt.

FÜR WEN?

FÜR MÄNNER IN (FÜHRUNGS) VERANTWORTUNG, DIE:

- viel leisten – aber mehr über sich selbst erfahren möchten
- in ihrer Rolle funktionieren – aber keine echte Balance wahrnehmen
- Kraft, Fokus und innere Klarheit wollen

Konkret: B-Level, Senior Manager, Abteilungsleitung, Bereichsleitung, Unternehmer, Projektleiter, High Potentials. Männer, die in der Herausforderung Job, Familie und eigenes Dasein stehen

WARUM LEVELUP?

„WENN DU FÜHREN WILLST, MUSST DU DICH SELBST KENNEN.“

LEVELUP kombiniert strategisches Denken mit körperlicher Präsenz und echter Begegnung.
Wir arbeiten mit wissenschaftlich fundierten Methoden – ohne Coaching-Kitsch.

→ REFLEXIONSRÄUME & SELBSTBEGEGNUNG

Raus aus dem Kopf, rein in die Klarheit.
Zeit für gute Fragen, ehrliche Selbstreflexion und neue Perspektiven.

→ HI-INTENSITY TRAINING

Atmen. Schwitzen. Fokus finden.
Regulation, Energie und körperliche Präsenz durch intensive Bewegung.

→ LET’S PLAY SERIOUS WITH LEGO®

Gedanken be- greifbar machen, Muster erkennen, Entscheidungen schärfen – für Selbstführung und strategische Ausrichtung.

→ GENUSS, LAGERFEUER & AUSTAUSCH

Feuer an. Steak drauf.
Gutes Essen und Gespräche, die bleiben.

WAS MACHT LEVELUP BESONDERS?

REDUCE TO THE MIN,
WORK TO THE MAX (EFFORT, KNOWLEDGE, RESULT)

Keine Theorie	Echte Erfahrung
Keine Frontalbeschallung	Voller Körpereinsatz
Keine Esoterik	Wissenschaftlich fundiert
Kein Soft-Skills-Seminar	Führung als Identität
Kein Hochglanz-Retreat	Authentizität & Tiefe

DER FREITAG

ANKOMMEN, ABSCHALTEN, AUSRICHTEN

Coaching mit Silvia Dobrovnik und Nicole Mitter
Hirn aus - Körper an. CrossFit Einheit mit Jörg Mitter

ab 15 Uhr

EINTREFFEN, ANKOMMEN.

NUR EIN SCHRITT

Ein geführter Prozess zur inneren Standortbestimmung. Wer bist du – und wo willst du wirklich hin?

bis 19 Uhr

GRENZEN SPÜREN. POWER AKTIVIEREN. PRÄSENZ ERZEUGEN.

DER SAMSTAG

KLARHEIT, ENTSCHEIDUNG, AUSBLICK | VORMITTAG

Coaching mit Silvia Dobrovnik und Nicole Mitter
Deep Dive ohne ChiChi

ab 9 Uhr

HIMMEL & HÖLLE

Geh deinen Weg - einmal Himmel & Hölle und zurück, um neue Perspektiven zu gewinnen.

KÖNNEN. SOLLEN. MÜSSEN.

Führung zwischen Anspruch und Erschöpfung. Was treibt dich – was trägt dich?

PLENUM: DIE 10% DIE NICHT GELINGEN

Worauf fokussierst du dich? Und warum?

MITTAG ESSEN

DER SAMSTAG

KLARHEIT, ENTSCHEIDUNG, AUSBLICK | NACHMITTAG

Coaching mit Silvia Dobrovnik und Nicole Mitter
Handanlegen beim perfekten Steak mit Christoph Hofer

LET'S GET SERIOUS

Strategiearbeit mit den Händen: Du baust deine Führungsstruktur – und erkennst, was fehlt.

HOW TO MAKE THE PERFECT STEAK

Der perfekte Cut. Der perfekte Moment.
Genuss, Präzision, Timing – alles, was Führung braucht.

open End

LAGERFEUER & AUSTAUSCH

DER SONNTAG

INTEGRATION, VERANKERUNG UND ABSCHLUSS

Coaching mit Silvia Dobrovnik und Nicole Mitter
Hirn aus - Körper an. CrossFit Einheit mit Jörg Mitter

08:30

FRÜHSTÜCK

DER (SCHW)ERSTE SCHRITT

Was nimmst du mit?
Was bleibt?
Was lässt du hier?

13.00

VERABSCHIEDUNG & ABREISE

WHICH CHAIR WILL BE YOURS?

LOCATION

C110 - Studio & Eventlocation Graz
Idlhofgasse 87a 8020 Graz

- 260m2 Raum für Fokus & Austausch
- 800m2 begrünter Innenhof
- Möglichkeit für Workspaces davor / danach.
- Unterkunft individuell buchbar zb. über den Tourismusverband Graz

LEISTUNGEN

You get what you pay for!

- 3 Tage Programm mit Coaching, LEGO Serious Play Set, CrossFit Einheit
- Retreatunterlagen & Umsetzungshilfe
- Vor- & Nachbereitungsimpuls (optional 1:1 buchbar - online)
- Essen, Trinken & Steakkochkurs
- max. 12 Teilnehmer

UNSER TEAM

VIELFALT MACHT'S!

SILVIA DOBROVNIK

Psychotherapeutin, Unternehmensberatung
(Personalwesen und Wirtschaftsmediation)
Gründerin von wildheart – may you bloom

NICOLE MITTER

Unternehmensberatung & Facilitation für wirksame Projekte, klare Prozesse und starke Teams

CHRISTOPH HOFER

GenussDude – Street Food aus aller Welt zubereitet mit saisonalen und regionalen Produkten

JÖRG MITTER

Gründer von CrossFit Gravel Pit, Trainer & Athlet, Führungskraft in der Automobilindustrie

BUCHUNG

LET'S TALK BUSINESS

Kosten

- 990 € p. P. bei Buchung bis 15.02.2026
- danach 1.290 € p.P.
- inkl. Verpflegung, Programm und Steakkochkurs

Company-Edition: auf Anfrage (exklusiv für die eigenen Führungskräfte)

Interesse?

Auf Wunsch führen wir Vorgespräche, um sicherzustellen, dass LEVEL**UP** zu deinen Anforderungen passt.

Buche ein 15-minütiges Kennenlerngespräch:
📩 office@silviadobrovnik.at

BUCHUNG

LET'S TALK BUSINESS

Anmeldung

- über die Website: www.nicolemitter.at/levelup
- oder per Mail an hallo@nicolemitter.at
- First come - First serve (nach Zahlungseingang)
- Maximal 12 Teilnehmer

Storno

- 30 Tage vor Beginn: 20% Rückerstattung des Gesamtpreis
- 14 Tage vor Beginn: 10% Rückerstattung des Gesamtpreis
- Danach wird der volle Betrag in Rechnung gestellt

C110

Let's create a space
where everyone can thrive — together.

LEVEL UP

Lego,
Leadership &
Lagerfeuer

Silvia Dobrovnik
0660 8550580
office@silviadobrovnik.at
www.psychotherapie-mitherzundseele.at &
www.wildheart-mayyoubloom.com

Nicole Mitter
0650 8180103
hallo@nicolemitter.at
www.nicolemitter.at/levelup