CQM II Online-Seminar
Zeit- und Ablaufplan

Vor Beginn des Online-Seminars:

Zoom-Technik-Check	In der Woche vor Seminarbeginn. Termin wird noch bekannt gegeben.	Dauer ca. 30 Minuten

Während des Online-Seminars:

Tag	Datum	Zeitraum	Was	Dauer
1	Freitag, 10. Oktober 2025	00:00 bis 24:00 Uhr	**1. Video-Lektion auf Abruf mit persönlichen Zugangsdaten**	ca. 1,25 Std. Video + Bearbeitungszeit
2	Samstag, 11. Oktober 2025	19:00 bis 21:00 Uhr	**1. Zoom-Gruppen-Session mit CQM Coaches**	ca. 2 Std.
Einzelcoaching mit CQM Coach Durchführung zwischen 1. und 4. Zoom-Gruppen-Session				
3	Sonntag, 12. Oktober 2025	00:00 bis 24:00 Uhr	**2. Video-Lektion auf Abruf mit persönlichen Zugangsdaten**	ca. 1,5 Std. Video + Bearbeitungszeit
4	Montag, 13. Oktober 2025	19:00 bis 21:00 Uhr	**2. Zoom-Gruppen-Session mit CQM Coaches**	ca. 2 Std.
5	Dienstag, 14. Oktober 2025	00:00 bis 24:00 Uhr	**3. Video-Lektion auf Abruf mit persönlichen Zugangsdaten**	ca. 1 Std. Video + 40 Min. Bonusvideo + Bearbeitungszeit
6	Mittwoch, 15. Oktober 2025	19:00 bis 21:00 Uhr	**3. Zoom-Gruppen-Session mit CQM Coaches**	ca. 2 Std.
7	Donnerstag, 16. Oktober 2025	00:00 bis 24:00 Uhr	**4. Video-Lektion auf Abruf mit persönlichen Zugangsdaten**	ca. 1,5 Std. Video **+ 1,5 - 2 Std. Bearbeitungszeit**
8	Freitag, 17. Oktober 2025	19:00 bis 21:00 Uhr	**4. Zoom-Gruppen-Session mit CQM Coaches**	ca. 2 Std.

Nach dem Online-Seminar:

9	Dienstag, 04. November 2025	18:00 bis 20:00 Uhr	**Zoom-Gruppen-Session mit Gabriele Eckert Fragen und Antworten**	ca. 2 Std.

Wichtige Hinweise zum Online-Seminar:

Video-Lektionen

- Das CQM Online-Seminar enthält 4 Video-Lektionen, die auf Abruf mittels persönlicher Zugangsdaten eigenständig anzuschauen sind.
- Die Zugangsdaten zu den Video-Lektionen werden am Tag vor dem Start des CQM Online-Seminars per E-Mail zugeschickt.
- Bitte ausreichend Zeit für die Bearbeitung der Übungen aus den Video-Lektionen einplanen.
- Die Videos sind am jeweiligen Tag für 24 Stunden freigeschaltet.
- Nach jeder Video-Lektion folgt am nächsten Tag eine Zoom-Gruppen-Session mit den CQM Coaches.
- Nach der Zoom-Gruppen-Session ist das Video wieder freigeschaltet und kann wiederholt werden.

Zoom-Gruppen-Sessions

- Das CQM Online-Seminar enthält 4 Zoom-Gruppen-Sessions, an denen Anwesenheitspflicht der Teilnehmer gilt.
- Die Zoom-Gruppen-Sessions beginnen jeweils um 19 Uhr.
- Die Zugangsdaten für die Zoom-Gruppen-Sessions werden am jeweiligen Tag direkt vom CQM Coach per E-Mail zugeschickt.
- Die 1. Zoom-Gruppen-Session muss auf jeden Fall besucht werden, da eine Teilnahme ohne diese nicht sinnvoll ist.
- Voraussetzung für die Zoom-Gruppen-Session ist, die vorangegangene Video-Lektion durchgearbeitet zu haben.
- Für verpasste Zoom-Gruppen-Sessions gibt es keine Ausweichtermine.
- Der Termin für das Einzelcoaching wird während des CQM Online-Seminars mit dem CQM Coach vereinbart.

Heart & Mind
Power