



## Meinungen von Leserinnen und Lesern zu:

### Schrittwechsel - Mein Veränderungsmanagement via Jakobsweg

#### Zeitungsartikel

Wir bedanken uns bei unseren Leserinnen und Lesern für die folgenden Rückmeldungen:

#### **Mutig voran**

Schrittwechsel ist ein gut lesbares Buch, das Mut macht seinen eigenen Weg zu finden und entschlossen zu gehen. Antje Goy beschreibt ihre Wanderung auf dem Jakobsweg mit vielen Bezügen zu Anderen, die den Weg bereits vor ihr gegangen sind. So "treffen" wir auch Hape Kerkeling und Paulo Coelho.

Was mich am meisten beeindruckt hat, sind die vielen Anregungen die sie den Leser/innen gibt um Ängste zu überwinden und auf sich selbst zu vertrauen. Antje Goy geht mutig voran, ohne Wandererfahrung startet sie im Regen und erreicht erfolgreich ihr Ziel nach über 500 km. Liebevoll beschreibt sie ihre Wandergefährten und vermittelt so den besonderen Zauber des Jakobsweges. (Engelbert Michel)

#### **Lust auf Alleine-Zeit**

Mit viel Genuss und Kurzweil habe ich das Buch verschlungen über einen Weg, der mich auch lockt. Sehr gut gefallen mir vor allem die Schilderungen der inneren Reise und das immer stärkere werdende Vertrauen in den eigenen Campino/ den eigenen Weg im ureigenen Tempo als auch das zunehmende Lauschen der inneren Stimme.

Der Mut die Flügel aufzuspannen, loszulassen und weiter zu gehen – ohne Kompromisse und mit viel Gefallen an der guten Gesellschaft ihrer selbst nebst den zahlreichen feucht-fröhlichen Abenden in geselliger Runde, machen Lust!

Die Zitate als auch Bilder im Innenteil runden das Buch richtig ab und auch haptisch ist es eine Freude - liegt doch der Umschlag glatt und geschmeidig beim Lesen in der Hand. Eine Lust am Lesen und Lust auf Allein-Reisen! (Annette Strohmeyer, Marktforschung)

#### **Stil und Inhalt sind einfach köstlich**

Das Buch Schrittwechsel habe ich in mehr oder weniger einem Zug "verschlungen"! Es hat mir sehr große Freude bereitet, Stil und Inhalt sind einfach köstlich, erheiternd und äußerst anregend zugleich. So viel Mut habe ich nur selten jemanden machen hören, insbesondere Ihre Leserinnen dürften sich zu dem ein und anderen Höhenflug inspiriert fühlen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, liebe Frau Dr. Goy, aus tiefstem Herzen, dass das Leben es auch weiterhin gut mit Ihnen meint, Sie weitere "Mutproben" so heiter und gelassen absolvieren werden und dass Sie so gesund und munter und lebendig bleiben! (Susanne Weber, Marketing & PR Associate Director)



## Pressemitteilung

### Frankfurter Neue Presse: Pilgern ist in Mode

29.02.2016

Börse informierte über lohnende Ziele

## Pilgern ist in Mode

Pilgern liegt im Trend und ist mittlerweile ein großes Geschäft. Dies zeigte Frankfurts erste Pilger-Börse.



Foto: Michael Faust

Antje Goy hat ein Buch über ihre Erlebnisse beim Pilgern geschrieben. Auf der ersten Pilger-Börse in Frankfurt stellte sie es vor.

Am Stand nebenan sitzt die Unternehmensberaterin Dr. Antje Goy und präsentiert ihr Buch „Schrittwechsel“, ein Erlebnisbericht über den Weg nach Santiago. „Ich wollte was Neues machen, etwas, das ich noch nie gemacht habe“, erzählt sie. 2009 lieh sie sich einen Rucksack und machte sich auf den Pilgerweg – ganz ohne Wanderequipment, wie sie betont. Während andere Pilger sich von Kopf bis Fuß professionell ausrüsteten, sei sie mit Latschen und einem Regenschirm gegen die Sonne losgezogen, meistens auch ohne Plan, wo sie nachts unterkommen würde.

Wichtig war ihr dabei, ein eigenes Tempo zu finden und dieses zu befolgen, anstatt 42-Kilometer-Etappen hinter sich zu bringen, wie jene Menschen, die man auf dem Pfad „TGV“ nenne, eine Anlehnung an die französischen Schnellzüge. „Ich muss gar nichts“, sagte sich Goy, während viele andere „im Wettbewerb mit sich selbst standen, um die eigene Leistungsfähigkeit zu beweisen“. Das Buch habe sie daher geschrieben, um anderen zu zeigen, dass man Pilgern auch so begreifen kann: „Es geht darum, seinen Weg und Gelassenheit zu finden“.

[Zum vollständigen Artikel hier klicken.](#)

#### **Antje Goy:**

#### **Schrittwechsel - Mein Veränderungsmanagement via Jakobsweg**

Verlag Abenteuerschule GmbH, November 2011, 168 Seiten, 12,95 €

Hier finden Sie die Kapitel 1 & 2 als [Leseprobe](#)

Zurück zur Seite [Veröffentlichungen](#)