



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.



Workshop „Weltrekord kann jeder!“

Potentiale durch (körperliche) Herausforderungen entfachen

Dieser außergewöhnliche Workshop liefert praktische Impulse und vermittelt interaktiv Methoden, wie besondere Herausforderungen das Potential von Personen, Teams und Organisationen heben können.

KörperManagement® KG

Geschäftsführer: Alexander Gimbel

www.koerpermanagement.com • info@koerpermanagement.com



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.

Jede und jeder kann sensationelle Leistungen abrufen - sogar auf einem Niveau, das vorher noch niemand auf der Welt erreicht hat. Man wird allerdings nicht als „Weltrekordler“ geboren. Auch Glück, Begabung oder Förderung alleine sind nicht ausreichend. Im Workshop zeigen wir Ihnen, was es wirklich braucht, um Weltrekordleistungen zu erzielen. Sie erfahren, wie Sie dieses Wissen und diese Fähigkeiten für Ihre alltäglichen Herausforderungen nutzen können.

Inhalte:

- Was braucht es für einen Weltrekord wirklich?
- Die Macht Ihrer Gedanken
- Wie kommen Sie in den Machermodus?
- Wie Sie Herausforderungen im Team bewältigen
- Regeneration und Evaluation
- Übertragung der Erkenntnisse in Ihren Alltag

- Optional: Follow-up und (begleitendes) Coaching



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.

Referenten:

- Dirk Leonhardt: Familienvater mit Bürojob, Ultra-Triathlet und Weltrekord-Jäger (Berichterstattung hr3, RTL & Sat.1)
- Alexander Gimbel, Geschäftsführer von KörperManagement, Sportwissenschaftler und Dirks Gesundheitscoach

Ort:

- Präsenzveranstaltung im Unternehmen oder Seminarhotel

Ausstattung:

- Raum mit Bestuhlung, Beamer, Leinwand, Flipchart, Metaplanwand

Zeit: 4 Stunden

Teilnehmendenzahl:

- Max. 12 Personen angeraten, um individuell handeln zu können