



**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 heben können.

**KörperManagement® KG**

Geschäftsführer: Alexander Gimbel

[www.koerpermanagement.com](http://www.koerpermanagement.com) • [info@koerpermanagement.com](mailto: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 bewältigen
- Regeneration und Evaluation
- Übertragung der Erkenntnisse in Ihren Alltag
  
- Optional: Follow-up und (begleitendes) Coaching

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 Rhein-Main-Gebiet (Allerheiligentor 2-4, 60311 Frankfurt) im 2. OG

**Datum/ Zeit:**

**Sa., 04.02.23 von 14 bis ca. 18 Uhr**

Teilnehmendenzahl:

Ca. 12 Personen

Preis:

- 199 € pro Person
- Im Preis enthalten ist das Buch von Dirk „Vieles scheint unmöglich bist du es schaffst“ für 19,90 € (erschieden im Sportwelt Verlag)