



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.



Vortrag „Weltrekord kann jeder!“

Potentiale durch körperliche Herausforderungen entfachen

Dieser außergewöhnliche Vortrag liefert praktische Impulse und vermittelt interaktiv Methoden, wie besondere Herausforderungen das Potential von Personen entwickeln 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. Sie werden allerdings nicht als „Weltrekordler“ geboren. Auch Glück, Begabung oder Förderung alleine sind nicht ausreichend. Im Workshop zeigen wir Ihnen, was es wirklich braucht, um Höchstleistungen 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



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.

Ort:

- Online via Videokonferenz
- Offline in Präsenz
- Hybrid

Ausstattung:

- Online: Ohne Equipment möglich
- Offline: Beamer und Raum mit Bestuhlung

Zeit: Ca. 60 min

Teilnehmendenzahl:

- Online unbegrenzt möglich
- Offline je nach Größe des Raumes
- Max. 12 Personen angeraten, um individuell handeln zu können