

Mentale Strategien für Führungskräfte

Wirtschafts- und Mentalcoach Günter Spiesberger veranstaltet am 12. Oktober im Brandner Aktivresort Valavier ein Seminar für erfolgreiche Entscheidungsträger. Als Stargast mit dabei: ÖGV-Nationalteamspieler und Golf-Amateur-Europameister 2011 Manuel Trappel.

Überquellende Terminkalender, Informations-Überdosis, immer härter werdender Konkurrenzkampf, aufbrechende Führungs-Hierarchien: Entscheidungsträger sehen sich mit so vielen Herausforderungen konfrontiert wie noch nie. Und die Zeit wird noch schneller, noch intensiver. „Wer auch künftig erfolgreich sein will, muss seine Mitbewerber auch im mentalen Bereich überflügeln. Denn Erfolg beginnt im Kopf“, weiß Günter Spiesberger. Der Wirtschafts- und Mentalcoach betreut nicht nur Entscheidungsträger von namhaften Unternehmen wie Audi, Porsche oder Swarovski, sondern auch Weltklasse-Sportler. Nach dem großen Erfolg des ersten Seminars im April veranstaltet Spiesberger am 12. Oktober im Brandner Aktivresort Valavier einen Tages-Workshop. Top-Referenten aus verschiedenen Bereichen werden wichtige Impulse liefern.

Raus aus der Komfortzone! Stress ist gut.

Nicht Stress ist das Übel der modernen Arbeitswelt, sondern die Grauzone in der viele Menschen stecken. „Viele denken, Stress sei schlecht. Dabei brauchen wir Stress, um systematisch mental und physisch stärker zu werden“, erklärt Spiesberger. Fordert man Geist und

Körper ohne Pause – Stichwort chronischer Stress – drohen Burnout und Zusammenbruch. „Mentale Stärke, Fokussierung auf Ziele, An- und Entspannung, Visualisierung – das alles muss trainiert werden. Der Spitzensport hat dabei eine Vorbildwirkung. Großen Leistungen liegt absolute Konzentration zu Grunde“, so Spiesberger. „Eines der Hauptziele des Workshops ist es, die Amplitude des Lebens zu vergrößern – von intensiver Anstrengung zu tiefer Entspannung.“

Glückliche Mitarbeiter.

Neben der eigenen mentalen Stärke steht auch die richtige Mitarbeiterführung im Fokus: 66 Prozent der Arbeitnehmer leisten nur Dienst nach Vorschrift. „Jeder fünfte Angestellte hat innerlich gekündigt“, lautet der Titel einer aktuellen Studie des Marktforschungsin-

tuts Gallup. Dabei ist bekannt, dass Arbeitsklima, Zufriedenheit und Aufstiegschancen ganz entscheidend zur Leistung beitragen. „Erschreckend viele Arbeitnehmer sind in ihrem Job frustriert. Führungskräfte müssen daran etwas ändern, um Kreativität und Engagement zu verbessern. Wir werden im Seminar aufzeigen, wie“, so Spiesberger.

Neben den intensiven Trainings von Wirtschaftscoach Günter Spiesberger sorgen Gastreferenten für die weiteren Bausteine für den Erfolg: Fitness- und Bewegungstherapeut Valentin Tschebukov beschäftigt sich mit der richtigen Bewegung und Valavier Hotelier Edi Meyer gibt praxisorientierte Tipps zur Energie-nahrung für optimale Konzentration. Zum Abschluss des Workshops gewährt ÖGV-Nationalteamspieler und Golf-Europameister 2011 Manuel Trappel in einer Podiumsdiskussion Einblicke in seine Erfahrungen mit mentalem Training.

FACTBOX

Workshop: Erfolgreich mit Herz und Hirn – mentale Strategien für Führungskräfte

- **Termin:** Freitag, 12. Oktober 2012, 08.45 Uhr bis 17.00 Uhr
- **Leistungen:** Tagesworkshop inkl. Mental-Coachings mit Günter Spiesberger, „Fit für den Berufsalltag“ mit Bewegungstherapeut Valentin Tschebukov, Podiumsdiskussion mit ÖGV-Nationalteamspieler Manuel Trappel und die richtigen Ernährungstipps für leistungsfähige Führungskräfte: **EUR 290.- exkl. MwSt.**
- **Reservierung unter:** Hotel Valavier, 6708 Brand, +43(0)5559 217, www.valavier.at, info@valavier.at
- **Zielgruppe:** Führungskräfte, Unternehmer/innen, sowie Personen die permanent hohem Leistungs- bzw. Zeitdruck ausgesetzt sind.

BAUSTEINE FÜR DEN ERFOLG WAS FÜHRUNGSKRÄFTE BENÖTIGEN



ZITATE DER REFERENTEN

„Vernetzt arbeiten, kommunizieren, führen, beeinflussen, begeistern – dazu braucht es mentale Stärke.“
Günter Spiesberger, Wirtschafts- und Mentalcoach



„Gerade bei unvorhersehbaren Situationen, die einen emotional berühren, kann ich die gelernten mentalen Werkzeuge gut einsetzen.“
Manuel Trappel, ÖGV-Nationalteamspieler und Golf-Amateur-Europameister 2011



„Die richtige Ernährung wird für Führungskräfte immer wichtiger, um den ganzen Tag leistungsfähig und hochkonzentriert zu bleiben.“
Edy Meyer, Hotelier und Besitzer des Aktivresorts Valavier



„Körper und Geist sind ein Zweiergespann: Ohne Training wird es unmöglich, auf Dauer die Belastungen des Alltags wegzustecken.“
Valentin Tschebukov, Weltcup-Sieger im Ringen, Fitness- und Bewegungstherapeut

