



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.



Keynote:

„Optimierung der körperlichen und mentalen Gesundheit“

Was Unternehmen über Gesundheit und Arbeitsfähigkeit vom Zehnkampf-Weltrekordler Jürgen Hingsen lernen können

Wie lassen sich Erkenntnisse aus dem (Hochleistungs-) Sport auf Unternehmen und die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden übertragen?

KörperManagement® KG

Geschäftsführer: Alexander Gimbel

www.koerpermanagement.com • info@koerpermanagement.com



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.

Jürgen Hingsen hat im Laufe seiner Karriere als Zehnkämpfer, Olympiateilnehmer und Medaillengewinner bei Welt- und Europameisterschaften einen reichhaltigen Schatz an Erfahrungen gesammelt. Mit spektakulären Leistungen erreichte er den dreizehnten Platz (Stand 11.08.2021) auf der ewigen Weltbestenliste. Erst 39 Jahre später, im Juni 2023, wurde dieser Rekord von Leo Neugebauer geknackt.

Wie können Mitarbeitende von den Erfahrungen der „Ups and Downs“ von Jürgen Hingsen bei der Optimierung ihrer körperlichen und mentalen Gesundheit profitieren?

Die Referenten verbinden in der ca. 90-minütigen Veranstaltung spannende Anekdoten aus dem Leistungssport mit wissenschaftlich fundierten Informationen über körperliche und mentale Gesundheit. Interviewelemente sowie motivierende Übungen ergänzen die Veranstaltung. Aus diesem Mix entwickelt sich ein unvergessliches Erlebnis mit praxisnahen Tipps und Anregungen für die physische und mentale Gesundheit, die sowohl in die persönliche Strategieplanung als auch in unternehmerische Lösungen einfließen können.

Ort:

Im Unternehmen oder einem anderen attraktiven Veranstaltungsort

Ausstattung:

Beamer, Leinwand, Raum mit Bestuhlung und Podium

Zeit: 90 min

Teilnehmendenzahl:

Unbegrenzt in Abhängigkeit von der Größe des Raumes

KörperManagement® KG

Geschäftsführer: Alexander Gimbel

www.koerpermanagement.com • info@koerpermanagement.com

Team:



Jürgen Hingsen

Olympiateilnehmer, Medaillengewinner bei Welt- und Europameisterschaften sowie dreimaliger Weltrekordhalter im Zehnkampf. 1984 erzielte er den Rekord mit 8832 Punkten.



Dr. Bernd Gimbel

Gründer des Unternehmens KörperManagement und Buchautor. Er beschäftigt sich seit 1981 mit den Themen Betriebliches Gesundheitsmanagement und Betriebliche Gesundheitsförderung, sowie Führungskräfte-Training und Coaching.



Frank Bertelsmeier

Gründer und Geschäftsführer der REVITALIS GmbH. Als Experte für Betriebliches Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung betreut er seit vielen Jahren zahlreiche Unternehmen und entwickelte eine digitale Lösung zur erfolgreichen Umsetzung des BGM.



Alexander Gimbel

Diplom Sportökonom (univ.) und Geschäftsführer von KörperManagement. Als Experte für Betriebliche Gesundheitsförderung, Gesundheitscoach und Personal Trainer arbeitet er für zahlreiche Konzerne und mittelständische Unternehmen.

KörperManagement® KG

Geschäftsführer: Alexander Gimbel

www.koerpermanagement.com • info@koerpermanagement.com