

Mag. Gregor Rossmann



Persönliche Höchstleistungen erbringen und dabei in Balance bleiben: Gregor Rossmann zeigt Ihnen, wie es geht. Der diplomierte Sportwissenschaftler, Erfolgscoach und Buchautor zählt im deutschsprachigen Raum zu den renommiertesten Gesundheitsexperten. Er ist Gesundheitsquerdenker und der Experte für mentale Stärke und körperliche Fitness. Er entwickelte aus den Erfolgsmethoden des Spitzensports, den Erkenntnissen der modernen Gehirnforschung und der Lebens- und Denkprinzipien der Shaolin-Mönche seine BusinessVital-Methode. Mithilfe dieser Methode hat er selbst den Weg aus einer schmerzhaften Autoimmunerkrankung gefunden. Nun unterstützt Gregor Rossmann Führungskräfte, Unternehmer, Spitzensportler und gesundheitsbewusste Menschen auf dem Weg zu Spitzenleistungen und gesunder Leistungskraft. Mit Begeisterung zeigt er vielbeschäftigten Menschen, wie sie Resilienz aufbauen, mentale Stärke erlangen, sich richtig ernähren, ihre Fitness verbessern und ihre Lebensqualität nachhaltig steigern. Gregor Rossmann lehrt mit großer Begeisterung was er selbst lebt.

„Spitzenleistungen und Gesundheit 4.0“

Themen

› Keep cool – Mentale Stärke in Zeiten der Veränderung

- Wie Sie mit mentaler Stärke die Herausforderungen der VUKA-Welt meistern
- Wie mindfulness die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns verbessert und Ihr Leben entschleunigt
- Wie Sie in Zeiten der Veränderung widerstandsfähiger werden und Spitzenleistungen erzielen

› FIT for Life – FIT for Business

- Wie Sie mit den mentalen Strategien der Spitzensportler Ihr Potenzial optimieren
- Wie Sie mit einem intelligenten Energiemanagement Ihre Leistungsfähigkeit erhöhen
- Wie Sie mit effektivem Training und der richtigen Ernährung stark und gesund bleiben

Referenzen & Presse

Audi AG, Andritz AG, Ärztekammer Steiermark, Baxalta AG, Baxter Healthcare GmbH, Böhlerit GmbH & Co. KG, Belimed Deutschland GmbH, Business & Spa Resort Dreiklang GmbH, AGM Durmont Teppichbodenfabrik GmbH, Diazöse Graz-Seckau, Freier Verband deutscher Zahnärzte, FH Campus O2, Gewußt wie wellness & beauty e.Gen., Geriatriische Gesundheitszentren der Stadt Graz, Hotel Retter, Retter Reisen, Intellekt Media GmbH, Kleine Zeitung, KAGes Steiermark, Kastner und Öhler, Lehrlingshäuser der WK-Steiermark B.G.m.b.H., Montanuniversität Leoben, Modine Austria GmbH, Landena, OMV Solutions GmbH, Paul Hartmann GmbH, ratiopharm, sanofi-aventis GmbH, Sappi Austria Produktions-GmbH & Co. KG, Shire, SDZeCOM GmbH & Co. KG, SPIELO International, Stadtgemeinde Leoben, Sotour Austria, Sandvik Mining & Construction GmbH, Styria Vitalis Steiermark, UNIQUA Insurance Group AG, Wiener Städtische Versicherung GmbH, Weitzer Parkett GmbH & Co. KG, Wirtschaftskammer Tirol, 1a Installateure Marketing GmbH, Steirische Landwirtschaftskammer

Inspiration

› Menschen, Bücher und Ereignisse, die mich inspirieren:

„Meine unermüdliche Motivation, Menschen bei der Erhaltung ihrer Gesundheit zu unterstützen, entspringt meiner eigenen Lebensgeschichte. Dank einer schmerzhaften Autoimmunerkrankung wurde mir vor Augen geführt, dass wir das Fundament unseres Lebens, nämlich das Fundament ‚Gesundheit‘ erst dann zu schätzen lernen, wenn wir es verlieren. Meine Vision ist es daher, vielbeschäftigte Menschen aus ihrem Hamsterrad zu holen und sie zu einem achtsamen Umgang mit ihrer wertvollen Lebenszeit zu inspirieren.“

www.speakers-excellent.com

Honorare & Sprachen

Impulsvortrag

Honorargruppe F

Tagessatz

Honorargruppe E

Vortragssprachen



Reisekosten

Graz / A



Medien

