



Christian Schenk

Das Meistern der Komplexität des Zehnkampfes kombiniert mit der Zusammenarbeit der besten Trainer, Wissenschaftler, Ärzte, Psychologen, Managern und Medien-Experten, das war und ist die Basis für Christian Schenks Tätigkeit als Coach. Beim Einhalten des Grundsatzes „Leistung, Fairplay und Miteinander“ ist, wie in vielen Bereichen des Spitzensports, auch in Unternehmen der Erfolg vorprogrammierbar. Anhand persönlicher Erfahrungen, aber auch immer mit Bezug zu Aktuellem, erklärt Christian Schenk das Prinzip des Spitzensports. Auf einer zehnstufigen „Erfolgsleiter“ erhalten die Teilnehmer vielfältige und direkt umsetzbare Erfahrungen und Empfehlungen des Zehnkampf-Olympiasiegers. Basierend auf seinen Erfahrungen und Erkenntnissen als erfolgreicher Spitzensportler bietet er spezielle Strategien, Lösungswege und Programme für Motivation, Teambuilding und zur aktiven Gesundheitsförderung an. Ziel ist, den Prozess einer individuellen und positiv nachhaltigen Verhaltensänderung im Alltag bei den Teilnehmern auszulösen, sie zu begleiten und ihnen eine Verinnerlichung zu ermöglichen. Das tägliche Bewältigen von Aufgaben im beruflichen und privaten Bereich, ist heute eine große Herausforderung für Männer wie Frauen. Erleben Sie außergewöhnliche, lebensnahe und unvergessliche Vorträge und Seminare mit Christian Schenk.

» „Erfolg ist planbar!“

Themen

» Die Prinzipien des Spitzensports stärken Sie und das Unternehmen

- Das Meistern der Komplexität des Zehnkampfes in Kombination mit der Zusammenarbeit seines Teams, legte die Basis für Christian Schenks Tätigkeit als Coach. Die Umsetzung dieser Erfahrungen in unternehmerisches Handeln und die Anwendung auf die Personalentwicklung sind seine Kernkompetenzen. Triebkräfte und Grundmotive sind Leistung, Macht und Dazugehörigkeit. Immer im Team. Immer mit den Besten.

» Superkompensation – ein Leistungssteigerungsmodell

- Seit den 60er-Jahren ist die Superkompensation, die Leistungssteigerung des Körpers nach Trainingsbelastung, ein fester Bestandteil der Leistungsentwicklung im Spitzensport. Christian Schenk hat eine Ableitung erarbeitet, wie diese zum unternehmerischen Handeln und zur verbesserten Work-Life-Balance dienen. Energie und Zeit sind die maßgebenden Säulen.

» Wiskurs – Förderungsprogramm für Führungstalente

- Ein einzigartiges „Trainingsprogramm“ ist durch die drei Säulen Wirtschaft, Wissenschaft und Sport konzipiert. Inhalte sind die Vermittlung von Prinzipien und Werten, Kommunikation, Business-Strategien und Work-Life-Balance. Dieses Training wird in einem interaktiven Austausch in Workshops durchgeführt. Die Vermittlung von Wissen wird mit praktischer Anwendung kombiniert. Durch Selbsterfahrung erhalten die Teilnehmer Einblicke, lernen durch erfahrene Referenten, verstehen unterschiedliche Perspektiven einzunehmen und erhalten dazu ein ausgewogenes Programm mit gesunder Ernährung und Bewegung.

» Weitere Themen:

- Burnout ist planbar!
- Work-Life-Balance
- Teambuilding / Zehnkampf des Lebens
- Energiemanagement des Lebens!

Referenzen & Presse

Auszug der sportlichen Erfolge

- 1991 3. Platz bei der WM in Tokio
- 1990 3. Platz bei der WM in Split
- 1988 Olympiasieg im Zehnkampf in Seoul
- 1987 1. Platz im Europa-Cup in Basel
- 3 x Deutscher Meister
- Weltrekordler im Hochsprung 2.27 m (letzter erfolgreicher Straddle-Springer der Welt)

Öffentliche Arbeit

- Initiator des Berufsorientierungsprogramms „Erkenne Deine Stärken“
- Botschafter SOS-Kinderdörfer – weltweit

www.trainers-excellence.com

Honorare & Sprachen

Impulsvortrag Auf Anfrage

Tagessatz Auf Anfrage

Vortragssprachen  

Reisekosten



Medien



Christian Schenk
Zehnkampf verständlich gemacht
ISBN: 978-3767903951

