

Pressemitteilung – St. Gallen, den 19.06.2019

Zwischen Extreme und Entspannung: So lernen Manager vom Spitzensport

Beim Symposium „Fit for Management“ von ESB Marketing Netzwerk und SCC Events trafen sich 100 Führungskräfte in Berlin. In den Vorträgen wurden wichtige Impulse für die Mitarbeiterführung gegeben.

Berlin – Der Branchentreff „Fit for Management“ im Steigenberger Hotel am Kanzleramt ist ein Pflichttermin für Unternehmer, die Gesundheit, Sport und Wissenstransfer schätzen. Namhafte Vertreter aus Spitzensport und Wirtschaft stellten sich der Frage, wie man auch im Unternehmen die Balance zwischen Extremleistung und Entspannung hält. Dass Manager dabei einiges von den Athleten lernen können, liegt auf der Hand. Denn ohne gezielte Auszeiten sind Höchstleistungen weder im Sport noch in der Arbeit zu schaffen. Uta Pippig kennt die Parallelen zwischen den Anforderungen an Topmanagern und Leistungssport. „Der Weg zur Nummer eins ist keine Sprintdistanz“, sagt Pippig, die mehrfach Siegerin der großen City-Marathons Berlin, Boston und New York wurde. Der Weg in die oberen Etagen erfordere Durchhaltevermögen, Nehmerqualitäten und Weitblick. Auch der Extremsportler Hubert Schwarz schilderte seinen spannenden Lebensweg und wie er aus dem nicht erfolgreichen Spitzenathleten zum respektierten Unternehmer wurde. Seine Erfahrungen hielt Schwarz in seinem Buch „Aus eigenem Antrieb“ fest, das Unternehmern eine Inspiration bietet.

Bremsen ist das neue Gas-Geben

Auf Basis ihres Buches „Fit und fröhlich“ zeigte Annika Zimmermann mit leicht umsetzbarer Anleitung, wie Manager gut durch den täglichen Multitasking-Dschungel kommen. Für das ZDF Morgenmagazin steht Zimmermann um zwei Uhr auf und sie schafft es dennoch, mit Gelassenheit ihren Tag zu meistern. „Bremsen ist das neue Gas-Geben“, meint Annika Zimmermann. Im Alltag könne jeder Sport integrieren, der Prioritäten setzt. Heute liege die Herausforderung darin, die Balance zwischen Erreichbarkeit und Auszeit zu finden.

Bewegung als Krankenkassen-Vorsorge

Ein Beispiel dafür, wie einfach sportliche Betätigung in den Arbeitsalltag integriert werden kann, liefert die aktuelle Zusammenarbeit der Krankenkasse Barmer mit dem Uhrenhersteller Polar. Mittlerweile haben auch viele Krankenkassen erkannt, dass Fitness-Gadgets wie Tracker oder Sportuhren, die Menschen zu einem gesünderen Lebensstil motivieren. Im Rahmen des Barmer-Bonusprogrammes können Versicherte einen Fitness-Tracker aus dem Sachprämienkatalog auswählen. «Selftracking ist ein gutes Hilfsmittel, um Menschen (überhaupt) in Bewegung zu bringen», bestätigt Anja Wolf, Verkaufsleitung bei Polar Deutschland.

Über GERMAN MANAGEMENT RUN

Als Ergänzung zu den klassischen Networking-Veranstaltungen bietet die Veranstaltung eine exklusive Plattform zum Austausch mit anderen Führungskräften & Geschäftskontakten. Dabei ist Berlin Treffpunkt für: FITNESS. NETWORK. HEALTH. Weitere Informationen unter: www.managementrun.de

ESB Marketing Netzwerk

Peter Schappacher, Marketing Manager

E-Mail: schappacher@esb-online.com

Tel.: +41 71 223 78 82

ESB Marketing Netzwerk AG

Brunneggstr. 9/Postfach 519
9001 St. Gallen
Schweiz

Tel. +41 71 223 78 82
Fax +41 71 223 78 87
info@esb-online.com
www.esb-online.com
www.esb-academy.ch