

## Referent

# Prof. Dr. Elmar Wienecke

„Fit statt fertig! Mit wenig - viel erreichen!“



### Programm-Idee

Prof. Dr. Elmar Wienecke studierte und promovierte an der Deutschen Sporthochschule Köln. 1989 erwarb er die Fußball-Bundesligatrainerlizenz und war fünf Jahre hauptamtlich Fußballtrainer, u. a. auch kurzfristig in der 2. Fußball-Bundesliga. Nach Beendigung der Trainertätigkeit gründete er SALUTO - Das Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness - mit Sitz im westfälischen Halle. Von seinen ganzheitlichen Energiekonzepten profitieren u. a. Olympiasieger, Welt- und Europameister, Deutsche Meister, Freizeit-, Leistungs- und Spitzensportler, Menschen in der Prävention, Rehabilitation sowie Manager und Nichtsportler. Zudem ist er Initiator des ersten Masterstudienganges Mikronährstofftherapie & Regulationsmedizin an der Fachhochschule des Mittelstands Bielefeld.

Paket-Nummer: 0044592

|                    |   |                    |
|--------------------|---|--------------------|
| Region:            |  | Gesamt-Deutschland |
| Teilnehmer:        |  | ab 10 Teilnehmer   |
| Verfügbarkeit:     |  | ganzjährig         |
| Dauer:             |  | 1.5 Stunden        |
| Mögliche Sprachen: |  | Deutsch, Englisch  |

### Beschreibung

Spitzenleistung in Wirtschaft und Sport

In der EU zeigen 81 Millionen Menschen zunehmende Erschöpfungszustände bis hin zum Burnout. Jeder zweite Arbeitnehmer leidet unter starkem Termin- und Leistungsdruck. Unabhängig davon ob Jung oder Alt wird über unterschiedliche Befindlichkeitsstörungen, chronische Müdigkeit, Schlafstörungen, Antriebsschwäche und Konzentrationsschwierigkeiten geklagt. Auch bei den Spitzensportlern führen die steigenden mentalen und physischen Beanspruchungen immer häufiger zu Ermüdungszuständen bis hin zu unerklärbaren Verletzungen. Mit einer optimalen Energie lassen sich diese Befindlichkeitsstörungen beheben.

Erfolgsfaktor Gesundheit - „Brainfood für kluge Köpfe“

Mit wenig Aufwand viel erreichen - und dabei auch noch Spaß haben. Sie brauchen keine Sportskanone sein oder gewesen sein. Mit einfachen, aber ständigen Bewegungseinheiten - nicht zwingend die Vorbereitung für einen Marathon - können Sie Ihre Gesundheit und Fitness positiv unterstützen.

## Referent

# Prof. Dr. Elmar Wienecke

„Fit statt fertig! Mit wenig - viel erreichen!“

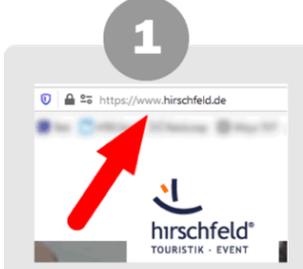
### Anbieter-Bewertungen

|                                 |       |                    |
|---------------------------------|-------|--------------------|
| 1 abgegebene Bewertungen        | ★★★★★ | 4.67 von 5 Sternen |
| Preis/Leistungsverhältnis:      | ★★★★☆ | 4.00 von 5 Sternen |
| Vollständigkeit der Leistungen: | ★★★★☆ | 4.00 von 5 Sternen |
| Freundlichkeit des Personals:   | ★★★★★ | 5.00 von 5 Sternen |
| Zutreffen der Beschreibung:     | ★★★★★ | 5.00 von 5 Sternen |
| Erwartungen erfüllt?            | ★★★★★ | 5.00 von 5 Sternen |
| Persönliches Engagement:        | ★★★★★ | 5.00 von 5 Sternen |

**Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können**

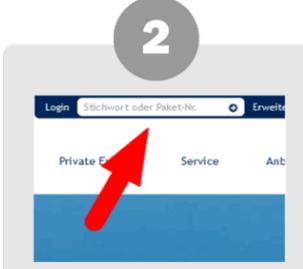
**www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0044592**

**1**



Gehen Sie zu [www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de)

**2**



Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein.

**3**



Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“