

Referent

Freya Stadel






Leistungsgesundheit & Longevity für Performer



Programm-Idee

Toxischer Stress vs. Longevity: Stress verstehen statt Symptome zu managen • Wie unsichtbare Stressoren Leistung und Gesundheit beeinflussen • Wie Leistungsabfälle früh erkennbar werden • Wie das Nervensystem zur entscheidenden Performance-Ressource wird Toxische Kommunikation: Vom Konflikt zur Kraft - Leistung neu gedacht • Wie Belastung in echte Stärke transformiert wird • Wie Konfliktkompetenz durch entscheidendes Wissen entwickelt wird • Wie Überblick und Klarheit entstehen Toxische Beziehungen: Zwischen Bindung und Abhängigkeit im Business Wie Sie Persönlichkeiten mit Special-Effects enttarnen Wie Sie einen authentischen Führungsstil entwickeln Wie Sie ein gesundes Team erschaffen

Paket-Nummer: 0530917

Region:		Gesamt-Deutschland
Teilnehmer:		1 - 1.000 Teilnehmer
Verfügbarkeit:		ganzjährig
Dauer:		1 Stunde
Mögliche Sprachen:		Deutsch

Beschreibung

Freya Stadel ist Performance Mentorin, NeuroStress-Expertin und Therapeutin. Sie steht für gesunde Leistungsfähigkeit, mentale Stärke und nachhaltige High Performance im Business. Mit über 15 Jahren Erfahrung im Gesundheitssektor verbindet sie Psychotherapie, Business Coaching und Stressmanagement zu einem Ansatz, der Führungskräften und Performern hilft, Fokus, Energie und innere Stabilität gezielt aufzubauen. In ihren Keynotes zeigt Freya Stadel, wie toxischer Stress erkannt und aufgelöst wird, mentale Blockaden verschwinden und Körper wie Geist wieder in einen leistungsfähigen Zustand kommen. Der Nutzen für Unternehmen ist klar: bessere Entscheidungen, höhere Belastbarkeit, mehr Präsenz und langfristige Leistungsgesundheit. Ihre eigene Geschichte: Nach über 25 Jahren mit Dauerschmerz und Krankheit entwickelte sie praxisnahe, wissenschaftlich fundierte Strategien zur Regeneration des Nervensystems und zur Aktivierung innerer Kraft. Diese Erfahrung prägt ihre Arbeit bis heute - präzise, klar und konsequent auf Wirkung ausgerichtet. Unternehmen buchen Freya Stadel, wenn sie Leistungsfähigkeit neu definieren wollen: nicht als Selbstoptimierung, sondern als stabile Grundlage für Erfolg, Klarheit und nachhaltige High Performance.

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

Referent

Freya Stadel

Leistungsgesundheit & Longevity für Performer

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. 0530917

1



Gehen Sie zu www.hirschfeld.de

2



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

3



Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.