



Rezepte für persönlichen und sportlichen Erfolg

Sportwissenschaftler und Mentalcoach Matthias Herzog referiert

BARSINGHAUSEN (rr). Unter dem Thema „LEBEM“ veranstaltet die Fachgruppe Sport des Hannah-Arendt-Gymnasiums am Spalterhals eine Vortragsreihe, die am Mittwoch, dem 18. Februar, in der Aula des Schulzentrums stattfindet. Am Vormittag werden die Schüler des HAG den Veranstaltungen beiwohnen, während am Abend alle interessierten Eltern und Freunde, Mitarbeiter, Unternehmer sowie den Oberstufenschülern des 12. und 13. Jahrgangs vorbehalten ist.

Der renommierte Referent Matthias Herzog hat Wirtschaft an der University of Berkeley in Kalifornien studiert und ist Sportwissenschaftler mit Schwerpunkten Ernährung und Psychologie. Er wird seinen Zuhörern leicht umsetzbare Rezepte an die Hand geben, wie trotz Abwärtstrends in der Wirtschaft der persönliche und unternehmerische Erfolg möglich sind.

Herzog arbeitet im Sport mit

Deutschen, Europa- und Weltmeistern, damit diese Spitze sind, wenn es darauf ankommt. Zu seinem Klientel gehört der Deutsche Handballbund, verschiedene Bundesligisten im Handball, Ex-Nationalspieler Klaus Dieter Pedersen, und Hockey, aber auch die Kieler Zweitligafußballerin Stefanie Guldenzoph, eine ehemalige Jugendnationalspielerin. Herzog bewegt Schüler und Studenten dazu, neuen Eigenantrieb zu entwickeln und ins Handeln zu kommen, optimiert Persönlichkeitsprofile von Managern und coacht Führungsteams von innovativen Unternehmen.

In dem witzigen und energiegeladenen Vortrag erfahren die Teilnehmer unter anderem, wie sie erfolgreich mit Stress, Blackouts, Frust und Niederlagen umgehen, wie sie mit wenig Zeiteinsatz bessere Ergebnisse erzielen und wie sie Probleme und Krisen als Herausforderung sehen. Matthias Herzog vermittelt positives Denken und ein

positives Herangehen an Herausforderungen. „Geht nicht, gibt es nicht. Geht schwer, gibt es schon“, lautet dabei eine der Devisen des Redners, der seinen Zuhörern außerdem erklären wird, dass „wer immer nur das tut, was er schon immer getan hat, bestenfalls auch nur das erreicht, was er schon immer erreicht hat.“

Matthias Herzog vertritt dabei den Standpunkt: „5-fach fit - Iss dich schlank. Beweg deinen Hinten Erreiche mehr in weniger Zeit. Steigere dein Selbstbewusstsein. Streiche Versagensängste und Blackouts.“ Weiterhin hinterfragt er: „Warum habe ich keinen Bock zu Lernen? Warum bin ich so unausgeglichen und ständig gestresst? Warum fehlt es mir in vielen Situationen an Selbstvertrauen? Warum verbrennen meine Freunde Fett und ich bleibe dick?“ Als Extremsportler lebt Herzog nach seinem Prinzip. Die Veranstaltung im Schulzentrum Am Spalterhals beginnt um 19.27 Uhr.

DEISTER aktuell

14. Februar 2009