



Prof. Dr. Elmar Wienecke

„Einfache Veränderungen können große Auswirkungen haben“

Studium an der Sporthochschule Köln, Abschluss Diplom-Sportlehrer, anschließend Promotion an der Sporthochschule Köln (Promotionsabschluss im Fachbereich Sportmedizin/Kardiologie) zum Doktor der Sportwissenschaft. 1989 Erwerb der Fußball-Lehrer-Lizenz (Bundeslizenz), fünf Jahre hauptberuflich Fußballtrainer, u. a. kurzfristig in der 2. Fußball-Bundesliga (bis heute mit 29 Jahren jüngster Trainer in der 2. Liga). Nach Beendigung der Trainertätigkeit Gründung von SALUTO – Das Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness in Deutschland – mit Sitz inmitten der GERRY WEBER World in Halle/Westfalen. Stiftungsprofessur für Sport, Ernährung und Regulationsmedizin an der FHM Bielefeld und Leiter des Master-Studiengangs Mikronährstofftherapie und Regulationsmedizin.

Themen, Ideen & Philosophie

> 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 unerklärlichen Verletzungen. Mit einer optimalen Energie lassen sich diese Befindlichkeitsstörungen beheben.

> Erfolgsfaktor Gesundheit – „Fit statt Fertig“

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.

> Brainfood für kluge Köpfe

Ernährung ist der Baustein für ein gesundes und vitales Leben. Ernährung beeinflusst nicht nur unsere Blutwerte, sondern zum Beispiel auch unser Schlafverhalten. Viele Tipps und schnelle Umsetzungsmöglichkeiten nehmen Sie in Ihren Berufsalltag mit und davon profitieren nicht nur Sie, sondern auch Ihre Mitarbeiter.

Zahlen, Daten & Fakten

1994 wurde aus einer ABM-Maßnahme der Universität Bielefeld durch Prof. Wienecke die SALUTO Gesellschaft für Sport und Gesundheit mbH mit Sitz im westfälischen Halle gegründet. SALUTO ist eine Kombination aus medizinischer Dienstleistung, Diagnostik, Wissenschaft und Forschung und hat sich zu einem international anerkannten Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness entwickelt. In dieser Zeit wurden über 50.000 Personen untersucht, darunter über 11.000 Leistungs- und Spitzensportler und Manager. Sein „Energie auf Rezept“ Konzept ist seit 2006 aus klinischen Studien und zahlreichen Forschungsprojekten entstanden. Ziel ist, dass jeder seinen Energiehaushalt in Balance hält und somit seine Gesundheit und Leistungsfähigkeit optimiert. Egal ob Manager oder Spitzensportler. Heute profitieren Führungskräfte, Olympiasieger, Welt- und Europameister und Deutsche Meister von diesem erfolgreichen Energiekonzept. Er motiviert seine Zuhörer und gibt alltagstaugliche Tipps aus den Erfahrungen seiner täglichen Praxis, denn ohne Gesundheit ist alles nichts!

Referenzen u. a.:

- Bertelsmann Stiftung Gütersloh
- CLAAS, Harsewinkel
- Deutsche Telekom AG
- GERRY WEBER International AG, Halle/Westfalen
- HARTING, Espelkamp
- HERMES Arzneimittel, Großhesselohe
- Hettich Holding, Kirchlengern

www.excellente-unternehmer.com

Engagement

- Impulsvortrag
- Interview / Business-Talk
- Honorargruppe E
- Vortragssprachen  

Standort



Marke & Medien



Leistungsexplosion im Sport
ISBN: 978-3898996525
19,95 €



Spitzenleistungen in Wirtschaft und Sport
ISBN: 978-3898998383
14,95 €