



**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin



Sie suchen eine glaubwürdige Speakerin für frischen Wind und neue Motivation? Sie wünschen sich starke und erprobte Impulse für Ihre Führungskräfte? Sie sind eine starke Führungspersönlichkeit, haben schon viel erreicht – doch ETWAS fehlt?

Lassen Sie sich von Conny Schumachers bewährter Mischung aus Lebenserfahrung, Fachkompetenz und Pioniergeist neu inspirieren! Betrachten Sie menschliche Prozesse aus Sicht einer ehemaligen Dopingkontrolleurin, Sportökonomin und langjährigen Trainerin, und erkennen Sie, was Menschen, Teams und Organisationen völlig legal zu wirklich außergewöhnlichen Leistungen „dopt“.

**MACH ES FAIR!**

**MACH ES RICHTIG!**

**MACH ES EINFACH!**

**MACH ES JETZT!**

Damit Sie einen ersten Eindruck von Conny Schumacher und ihren Impulsvorträgen gewinnen, finden Sie im Folgenden eine Zusammenstellung wesentlicher Informationen:

- Conny Schumacher – Zur Person
- „MACH DEIN DING! – Vortragsthemen

**DOPING FÜR FÜHRUNGSPERSÖNLICHKEITEN**

– Mit Mut, Kraft und Herz sich und andere erfolgreich führen

**DOPING FÜR IHR TEAM** – Mit olympischen Werten gemeinsam zum Erfolg

**DIE WÜSTE LEBT** – Fit und mutig zu persönlichen Höchstleistungen

- Referenzen, Kundenstimmen, Veröffentlichungen und Informationen zu diversen von Conny Schumacher entwickelte Fitnessprogramme und Trainingsmethoden

Für Fragen oder weitere Infos stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung!

Mit den besten Wünschen

*Kirstin Schulze-Büssing*

**KONTAKT**

Speaker Management:

Kirstin Schulze-Büssing  
IMPETIA UG  
Völkstraße 27  
86150 Augsburg

Tel. +49 (0) 160 – 8081543  
[kirstin.sb@impetia.de](mailto:kirstin.sb@impetia.de)  
[www.impetia.de](http://www.impetia.de)





## CONNY SCHUMACHER

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin



### Conny Schumacher – motivierend, ehrlich und ganz im wahren Leben!

Mit viel Humor und einfach nachvollziehbaren Beispielen aus Sport, Abenteuer & Business zeigt Conny Schumacher, welchen immensen **Einfluss „Menscheln“ auf Ergebnisse** hat. Dabei lässt sie uns teilhaben **an großen Zielen, wahren Werten, beeindruckenden Begegnungen, kleinen Macken und spannenden Abenteuern**. Und damit jeder weiß, wovon sie redet, berichtet sie auch von eigenen Tiefschlägen und wie ihre Leidenschaft für Sport, Menschen und Abenteuer ihr bis heute die Kraft gibt, sich gleichzeitig treu zu bleiben – und in 25 Jahren Selbständigkeit immer wieder neu zu erfinden.

Conny Schumacher lebt und liebt Sport seit ihrem 7. Lebensjahr. Durch ihr Studium der Sportökonomie hat sie ihre Leidenschaft Sport zu ihrem Beruf gemacht: Als

Dopingkontrolleurin engagierte sie sich für "sauberen Sport", als Trainerin gibt sie High Performern durch Bewegung ein beschwerdefreies Leben voller neuer Perspektiven zurück, und als Coach lässt sie Teams die Essenz wahrer Kameradschaft erleben, früher im Sport – heute im Business.

### Der Spaß kommt beim TUN – Ihr Pioniergeist bringt Sie ins Handeln – Garantiert!

Mit ihrer Geschichte vom „Einstehen für seine Leidenschaft“ inspiriert sie Unternehmen und Menschen, endlich die Dinge anzugehen, von denen es stets heißt „das können nur die anderen“.

Gemäß dem Motto: „Wenn DIE das kann...“ erweckt sie bei Menschen den Drive, wieder die Ärmel hochzukrempeln, lang verschüttete Wünsche auszugraben und sie aus eigener Kraft anzugehen, und dann konsequent MEIN DING zu machen.

Gerne können die Vorträge und ihre Inhalte **speziell auf Zielgruppen sowie geplante Veranstaltungen zugeschnitten** werden. Ebenso lassen sich die **Inhalte der Vorträge miteinander kombinieren**. Dazu stimmen wir vorab im Rahmen eines Telefonats die passenden Inhalte mit Ihnen ab. Sollten Sie darüber hinaus Fragen oder Ideen zur Vortragsgestaltung haben, lassen Sie es uns gerne wissen!



**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin

## DOPING für Führungspersönlichkeiten

**Mit Mut, Kraft und Herz sich und andere erfolgreich führen**

- Bereitschaft gewinnen für Ihr Abenteuer Leben und Abenteuer Mensch
- Kraft schöpfen aus einem neuen, eigenen System
- Ich erreiche, was ich will!
- Erkennen, wofür Sie stehen – und wie Sie führen wollen!



## DOPING für Ihr Team

**Mit olympischen Werten gemeinsam zum Erfolg**

- Große Ziele brauchen ein funktionierendes Team
- Auch Leader müssen Teamplayer sein
- Ressourcen und Skills, die Sie zum Leader machen
- Die wichtigsten Fähigkeiten für die richtigen Ergebnisse erkennen



## DIE WÜSTE LEBT

**Fit und mutig zu persönlichen Höchstleistungen**

- Vom Amateur zum Profi
- Nimm dich selbst nicht so wichtig
- Get back stronger
- High Five aufs Leben!





**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin



## **DOPING für Führungspersönlichkeiten**

Mit Mut, Kraft und Herz sich  
und andere erfolgreich führen

### **Bereitschaft gewinnen für Ihr Abenteuer Leben und Abenteuer Mensch**

Unser Arbeitsmarkt durchlebt einen grundlegenden Wandel.

Gestandene Unternehmer und Führungskräfte kommen mit der Denke ihrer neuen Mitarbeiter an Grenzen, erprobte Erfolgsstrategien greifen nicht mehr. Die Generationen Y und Z leben und arbeiten anders. Sie sind flexibler, digitaler, unverbindlicher. Sie entscheiden sich nicht FÜR eine Sache. Sie wählen aus einem Überangebot an Optionen aus. Eine gewisse Müdigkeit und Ohnmacht macht sich breit in der Führungsriege unserer Wirtschaft. Vieles entzieht sich ihrem Einfluss. Das System hat sich verändert. Es ist nicht mehr berechenbar.

### **Kraft schöpfen aus einem neuen, eigenen System**

Wie wäre es, wenn Sie ausbrechen, um aus einem anderen System wieder neue Kraft zu schöpfen? Eine Kraft, die Sie befähigt, in der Vielfalt der neuen Möglichkeiten das Potenzial zu sehen? Die Klaviatur von Flexibilität und Aufbruch neu zu bespielen und den Reiz neuer Herausforderungen souverän zu meistern?

### **Statt: Ich erreiche was ich will - wie erreiche ich, was ich will?**

Als ehemalige Dopingkontrolleurin, Sportlerin und Sportökonomin und steht Conny Schumacher für saubere und faire Mittel. In diesem Vortrag verrät sie drei außergewöhnliche, geheime und doch völlig legale Top-doping-Skills, die Sie zu einem motivierten Leader machen, der mit seinem besten Team erfolgreich seine Unternehmensziele verwirklicht!

**„Sie übernehmen nicht einfach nur Skills – Sie erkennen, wie Sie führen wollen“**





**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin



## **DOPING für Ihr Team**

Mit olympischen Werten  
gemeinsam zum Erfolg

### **Große Ziele brauchen ein funktionierendes Team**

Ein Team, das über sich hinauswachsen will, braucht mehr als die Qualitäten einzelner Individualisten. Es braucht eine gemeinsame Linie, Ethik, einen Ehrenkodex, so wie ihn Sportler seit jeher untereinander pflegen. Anhand eigener Erfahrungen aus dem Mannschaftssport und vor allem meiner Wüsten Trainings erfahren Sie, welche Regeln funktionieren, um durch Kameradschaft und Kollegialität den Teamgeist zu entwickeln, der die wahren Gänsehautmomente und Höchstleistungen Wirklichkeit werden lässt!

### **Auch Leader müssen Teamplayer sein**

Leader sind selten Teamplayer. Sie sind gewohnt anzusagen. Ihr Ding zu machen. Nicht zu diskutieren. Das Ding zum Erfolg zu bringen, koste es, was es wolle. Auch, mal einen klugen Kopf oder einen loyalen Mitarbeiter zu verlieren. Schließlich werden sie daran gemessen. Doch ein wahrer Leader muss viel mehr können. Er muss die Interessen aller auf einen gemeinsamen Nenner bringen.

### **Ressourcen und Skills, die Sie zum Teamplayer machen**

Conny Schumacher lässt Sie in diesem Vortrag teilhaben, welche Skills ein eingespieltes Team ausmachen und welche Ressourcen Sie im Sport wie im richtigen Leben dafür trainieren müssen. Sie stellt Ihnen zudem ihre bewährten „11 goldenen Regeln“ vor, die aus einem Haufen Individualisten ein funktionierendes Team formen. Erleben Sie, welche Harmonie und Dynamik durch diese einfachen, elementaren Erkenntnisse entstehen kann – welche Leistung möglich ist!

**„Es geht nicht ums Ergebnis – es geht um die Fähigkeiten, die dieses Ergebnis möglich machen!“**



**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin



## **DIE WÜSTE LEBT!**

Fit und mutig zu persönlichen  
Höchstleistungen

2018 wanderte Conny Schumacher 12 Tage durch die Wüste Negev in Israel, 300 km zu Fuß bei 40 Grad ohne Schatten und ohne Begleitfahrzeug. Als Besonderheit wollte sie mit ihren Mitwanderern ein flaches Führungskonzept testen: „Jeder ist gleichzeitig Leader und gleichzeitig Teilnehmer. Das bedeutet: Wir sind alle auf Augenhöhe, es gibt keinen Leiter!“

In ihrem Vortrag nimmt Conny Schumacher Sie mit auf Ihr Wüstenerlebnis, erzählt von Ihrer Vorbereitung, einer spektakulären Wanderung und Erkenntnissen, die für uns auch im Businesskontext wichtig sind, vielleicht sogar den entscheidenden Unterschied machen.

### **Amateur oder Profi?**

Bei Rückschlägen nicht gleich das Handtuch zu werfen, tun was getan werden muss, und seine Befindlichkeiten unter Kontrolle haben - das unterscheidet einen Amateur vom Profil. Er weiß, wer er ist, was er will und was er kann. Er bleibt sich treu und er bleibt fair. Leben und leben lassen. Auch wenn es drum geht, Höchstleistungen zu erreichen.

### **Nimm dich selbst nicht so wichtig**

Jedes erfolgreiche Abenteuer verdankt seinen Erfolg einer Vielzahl von Menschen, die bedingungslos an dich glauben. Das bedeutet, dass du für dein Team, nicht für dich gewinnst. Vergisst du, für wen du es wirklich tust, wirst du wenig wahre Freunde haben und in schwachen Momenten ziemlich allein dastehen. Und die werden kommen!

### **Get back stronger!**

Aus jedem Fehler und jeder Herausforderung lässt sich viel mehr lernen für die Zukunft, als aus einem Sieg, und wer nach einer Niederlage nicht anderen die Schuld gibt, sondern fair bleibt, zu seinen Fehlern steht und die Leistung anderer anerkennt, wächst nicht nur sportlich, sondern auch menschlich.

### **High Five aufs Leben!**

Lassen Sie sich inspirieren von einem mutigen Abenteuer, von Teamgeist, Flexibilität und überraschenden menschlichen Einsichten, sowie der Kraft, die entsteht, wenn einer entschlossen „SEIN DING MACHT!“



**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin

## REFERENZENZEN

Hier finden Sie eine Auswahl an Unternehmen, mit denen Conny Schumacher in 25 Jahren Selbstständigkeit gearbeitet hat:



...und viele andere.

Gerne lassen wir Ihnen bei Bedarf eine ausführliche [REFERENZLISTE](#) für Ihre gewünschte Branche zukommen.





**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin

## BEGEISTERTE KUNDENSTIMMEN

*„Conny Schumacher zeigte uns anschaulich, wie wir bessere Leader werden, wenn wir uns unseren Herausforderungen stellen!“*

**Dirk Eichenlaub, Leiter Oschwald-Akademie**

*„Vielen Dank für Ihren Vortrag, wir waren begeistert! Das war unglaublich inspirierend und locker und hat genau zu uns und unserem Team gepasst!“*

**Terratax, München**

*„Conny Schumacher inspiriert Unmögliches möglich zu machen. Sie arbeitet individuell und sehr persönlich. Für sie steht der ganze Mensch im Mittelpunkt. Ihr Humor, ihre Begeisterung, ihr tiefes Interesse an Menschen und ihr profundes Wissen machen die Zusammenarbeit effektiv und erfolgreich.*

*Liebe Conny, dich kennengelernt zu haben, ist eine echte Bereicherung! “*

**Henrike Dorndecker, Businesscoach, München**

*„Ich bin meinen Kollegen menschlich sehr viel nähergekommen, wenn das kein Erfolg ist! “*

**Dieter König, Bosch AG, Stuttgart**

*„Liebe Frau Schumacher, Sie haben 700 Männer in schwarz-grauen Anzügen mitgerissen, waren das ungeplante Highlight der Veranstaltung und noch heute werden wir von unseren Kunden darauf angesprochen, denn Sie haben die Messe belebt.“*

**NTK Cables**

*"Nach dem fesselnden Einstieg hat mich Conny Schumacher nicht mehr losgelassen. Sie ist eine absolute Expertin und ihre Impulse sind extrem praxisnah. Danke dafür!"*

**Mareike Fuisz, Unternehmerin, Speakerin zum Downsyndrom**





**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin



**FITNESSPROGRAMME UND TRAININGSMETHODEN**

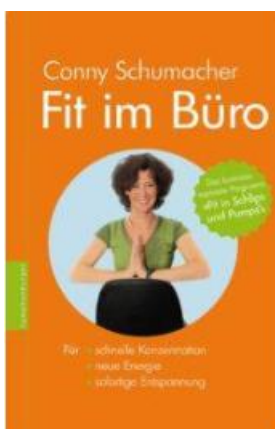
entwickelt von

**CONNY SCHUMACHER**

„Mach dein DING“ heißt für die **Sportwissenschaftlerin Conny Schumacher**, tief einzutauchen in die Nöte und das System „Mensch“, um einfache, alltagstaugliche und hocheffektive Lösungen zu finden. Daraus entstanden über die Jahre diverse Programme:

### **Fit in Schlips & Pumps ©**

**In nur 60 Sek. wieder voller Konzentration und Energie am Arbeitsplatz.**



Bereits 2008 hat Conny Schumacher die Bedürfnisse von Büroangestellten erkannt und ein Programm für „schnelle Fitness am Arbeitsplatz“ entwickelt. Es entstand eine Sammlung aus einfachen Übungen für den Büroalltag, bei denen man nicht schwitzt, sofort eine Wirkung hat und keine Bewegungstalent sein muss. Nach wie vor gibt es dazu Workshops und Showeinlagen auf Messen und Kongressen.

2009 erschien dazu ihr Buch FIT IM BÜRO.

[Download Presstext](#)



**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin

## „Forget Fitness!“

**Its easy, its fun – and you will love the way you feel!**

Energie, Leichtigkeit und den Flow der guten Laune – kurz alles, was unseren Alltag bereichert, können wir uns täglich schon mit nur wenigen Minuten Bewegung ins Leben holen. Je öfter wir diesen „Zustand“ erleben, desto länger hält er an. Bis er uns irgendwann zur Gewohnheit wird, zur zweiten Natur. Die gute Nachricht: **Meist reichen schon ein Tritt und die richtigen Impulse**, um wieder „reinzukommen“, den Kopf klar zu bekommen, ein paar Kilos zu verlieren und eine solide Grundfitness zu erreichen. Alles, was Sie dazu benötigen, erfahren Sie in ihrem kostenlosen 21-Tage-Programm:

[www.forget-fitness.de](http://www.forget-fitness.de)

## Vergiss die Waage

**Wie wäre Ihr Leben, wenn Sie wieder ein „natürliches Essverhalten“ hätten?**

„Natürliches Essverhalten“ bedeutet, dass Sie essen, wenn Sie HUNGER haben, **das, worauf Sie LUST haben – und aufhören, wenn Sie SATT sind**. Mit dem „natürlichen Essverhalten“ finden Sie wieder zurück zu Ihrem „magischen Gewichtspunkt“: Liegen Sie gewichtsmäßig auch nur 1 Kilo ÜBER dieser magischen Grenze, haben Sie keine Lust auf Sport. Liegen Sie allerdings UNTER diesem Punkt, meldet sich Ihr Bewegungsdrang und lässt Sie nicht stillsitzen. Bewegung wird plötzlich wieder zu einem elementaren, zum natürlichen Grundbedürfnis. Die gute Nachricht ist: Sie können beides wieder zurückzugewinnen – **wenn Sie wissen, an welchen Schraubchen Sie dafür drehen müssen**.

[www.vergiss-die-waage.de](http://www.vergiss-die-waage.de)

## Do The Leap©

Do The Leap© ist eine von Conny Schumacher entwickelte, nachweisbar erfolgreiche Methode, die die Essenz aus medizinischem und sportwissenschaftlichem Fitness- und Functional Training, Ernährung, Mentaltraining, jeder Menge Lebenserfahrung und gesundem Menschenverstand vereint. Der Bayerische Rundfunk bestätigte: „Der pragmatische Ansatz ihrer Do The Leap© Methode macht Conny Schumacher zu einer der führenden Expertinnen, die den Zusammenhang zwischen Körper und Geist verstanden und in den Mittelpunkt Ihrer Arbeit gestellt haben.“



**CONNY SCHUMACHER**

Speaker | Trainerin | Autorin | Sportökonomin

## Leadership-Outdoor-Retreats

Das Besondere an unseren Retreats ist: Es gibt keinen Boss, jeder ist gleichzeitig Teilnehmer und Leader! Was so banal klingt, stellt **hohe Anforderungen an jeden einzelnen Teilnehmer**. Es bedeutet, dass wir uns an allgemeingültige Regeln, nicht an Anweisungen halten. Wir alle sind angehalten, unser Bestes zu geben, damit das Team funktioniert. **Lernen Sie sich selbst von einer anderen Seite kennen**, und befolgen Sie die **11 goldenen Regeln**, die sich für perfekt eingespielte Teams bewährt haben. Erleben Sie, welche Harmonie und Dynamik dadurch entsteht – welche Leistung möglich ist!

[www.leadership-wueste.de](http://www.leadership-wueste.de)

## WEITERE VERÖFFENTLICHUNGEN



[Download Presstext](#)



[Download Presstext](#)

**Doch treffen Sie Conny Schumacher persönlich und entscheiden Sie selbst:**



**Was ist IHR DING?**