



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 Lebensmotto neu inspirieren und betrachten Sie **Leadership** und **persönliches Empowerment** einmal aus Sicht einer ehemaligen Dopingkontrolleurin, Sportökonomin und langjährigen Trainerin namhafter Führungspersönlichkeiten. Erkennen Sie, welches POTENZIAL in Menschen, Teams und Organisationen steckt und was sie wirklich – auf ganz natürlichem Weg – zu außergewöhnlichen Leistungen „dopt“:

MACH DEIN DING! MACH ES FAIR! MACH ES RICHTIG! MACH ES EINFACH!

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
- **ÜBERLEBEN IN WÜSTEN ZEITEN** – fit und mutig persönliche Herausforderungen meistern



ZUDEM: Referenzen, Kundenstimmen, Veröffentlichungen und Informationen zu diversen von Conny Schumacher entwickelten Trainings- und Coachingprogrammen.

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

Mit den besten Wünschen,

Conny Schumacher

Alfred-Schmidt-Straße 15 • 81379 München • +49 176 57 89 08 26 • fit@conny-schumacher.de
Bank GLS Bank • **iban** DE85430609678235027300 • **BIC** genodeM1GLS • **UST ID** DE170556367

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

2018 wanderte Conny Schumacher, 55, aus München, durch die "härteste Wüste der Welt" - die Negev in Israel. 12 Tage, 300 km, 40 Grad – und das ohne Schatten, ohne Zelt und ohne Begleitfahrzeug. Ganz nah an der Natur, nur auf sich selbst gestellt.

Als ob diese Herausforderung noch nicht genug ist, testete sie unter diesen Extrembedingungen mit ihren Mitwanderern das Führungs-Konzept einer "flachen Hierarchie": Jeder ist gleichzeitig Leader und gleichzeitig Teilnehmer. Das bedeutet: „Wir sind alle auf Augenhöhe, es gibt keinen Leiter!“ Für Menschen, die gewohnt sind, „anzusagen“ sowie für die, die immer „angesagt bekommen“ eine echte Herausforderung, einzigartige Erfahrung und ungemein wertvolle Bereicherung.

Mit viel Humor, Achtung vor Mensch und Natur sowie einer tiefgründigen Leichtigkeit geht es bei Conny Schumacher um GROßE ZIELE und MUTIGE ENTSCHEIDUNGEN.

Sie berichtet von dem EINFLUSS UNSERER BEFINDLICHKEITEN aufs Ergebnis, der SCHÖNHEIT DES EINFACHEN, von WAHREN WERTEN und von spannenden Abenteuern. Und damit jeder weiß, wovon sie redet, berichtet sie auch von kleinen Macken, eigenen Tiefschlägen - und was IHR bis heute die Kraft gibt, sich treu zu bleiben und immer weiter IHR DING zu machen.



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

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 zeigt sie High Performern wie man seine Ziele konsequent erreicht, ohne dabei sich und andere zu verschleißen, und als Coach lässt sie Teams die Essenz wahrer Kameradschaft erleben, früher im Sport – heute im Business. Ihre Erkenntnis als Sportlerin, Trainer und Coach - und die Basis Ihrer Arbeit nach nahezu 25 Jahren Berufserfahrung ist:

„Zeige den Menschen nicht, wie man ein Schiff baut. Lehre sie die Sehnsucht nach dem Meer!“

Conny Schumacher weiß, wovon sie redet. Mit spannenden Erlebnissen und Erkenntnissen sowie ihrer ureigenen Geschichte vom „Einstehen für die eigene 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, sie aus eigener Kraft anzugehen - und 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!

DOPING für Ihre Führungsriege

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

Wie erreiche ich was ich will, ohne Scherben zu hinterlassen?

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



ÜBERLEBEN in Wüsten Zeiten

Fit und mutig persönliche Herausforderungen meistern

Vom Amateur zum Profi

Nimm dich selbst nicht so wichtig

Stärker als zuvor

High Five aufs Leben!





DOPING FÜR IHRE FÜHRUNGSRIEGE: Mit Kraft, Mut und Herz sich und andere erfolgreich führen

Neue Bereitschaft gewinnen für das 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 mache was ich will: Wie erreiche ich, was ich will, ohne Scherben zu hinterlassen?

Als ehemalige Dopingkontrolleurin, Sportlerin und Sportökonomin 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!

Führen, wie ich selbst geführt werden will

Wenn Sie selbst wieder die Stärke eines Teams erleben, das Vertrauen in eine kleine, eingeschworene Gemeinschaft, die Hand in Hand arbeitet und sich blind aufeinander verlassen kann, erkennen Sie plötzlich, wie persönliche Befindlichkeiten ein Team beflügeln, aber auch demotivieren können. Diese Erkenntnis wird Ihre Sicht auf die Dinge, Ihre Mitarbeiter und Ihren Führungsstil dramatisch verändern.

„Sie übernehmen nicht einfach nur Skills – Sie erkennen, wer Sie sind, wofür Sie stehen – und wie Sie führen wollen“



DOPING FÜR IHRE TEAMS:

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. 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

„Im Wettkampf kein interner Wettbewerb“ lautet eine der Devisen für Teamerfolg und Conny Schumacher lässt Sie in ihrem Vortrag teilhaben, welche Skills ein eingespieltes Team ausmachen und welche Ressourcen Sie im Sport wie im richtigen Leben dafür trainieren müssen. Sie stellt Ihnen ihre „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!“

Da das Ergebnis weit mehr ist, als die Summe der Einzelleistungen, ist es für jeden Teilnehmer elementar wichtig zu wissen, wie sein persönliches Verhalten ein Team motivieren, aber auch frustrieren kann. Es geht also um eine professionelle Grundeinstellung, eine zuverlässige Leistung, auf die sich jeder verlassen kann, und vor allem um die sogenannten „Soft Skills“, die (nicht nur) unter Extrembedingungen den Unterschied zwischen Erfolg und Scheitern eines Teams ausmachen.

MERKE: Soft skills are the hardest skills to learn



ÜBERLEBEN IN WÜSTEN ZEITEN

**Fit und mutig persönliche
Herausforderungen
meistern**

2018 wanderte Conny Schumacher 12 Tage durch die Wüste Negev in Israel, 300 km zu Fuß bei 40 Grad, ohne Schatten und ohne Begleitfahrzeug. Sie wollte ein flaches Führungskonzept testen: „Es gab keinen Leader. Jeder war für sich selbst verantwortlich und sorgte gleichzeitig für den anderen.“

Was so simpel klingt, hatte für die Teilnehmer ungeahnte physische und mentale Konsequenzen. In ihrem Vortrag nimmt Conny Schumacher Sie mit auf ihre spektakuläre Wüstenwanderung und teilt mit uns Schlüsselerkenntnisse, die ihr Leben grundlegend verändert haben und für uns auch im Businesskontext wichtig sind, vielleicht sogar den entscheidenden Unterschied machen:

Amateur oder Profi?

Mit Rücksicht auf die anderen bei Rückschlägen nicht gleich losjammern, andere verantwortlich machen oder gar das Handtuch zu werfen, sondern tun was getan werden muss, und seine Befindlichkeiten unter Kontrolle haben - das unterscheidet einen Amateur vom Profil. Wer sich seinen Herausforderungen stellt wächst als Mensch. Das macht stark, bescheiden, demütig und großzügig. Leben und leben lassen. Auch wenn es drum geht, Höchstleistungen zu erreichen.

Nimm dich selbst nicht so wichtig

Alleine in der Wüste bist du nichts. Jeden erfolgreich überstandenen Tag verdankst du einer Vielzahl von Fügungen und der Begegnung mit hilfsbereiten Menschen. Wer das erlebt, ist erfüllt von Dankbarkeit und stellt sein Ego hinten an. Ab da geht man für die anderen, nicht mehr für sich selbst weiter. Wer vergisst, wem er seine Erfolge zu verdanken hat, wird in schwachen Momenten ziemlich allein dastehen. Und die werden kommen!

Stärker als zuvor

So, wie wenn Ihnen in der Wüste plötzlich das Wasser ausgeht, weil Sie sich überschätzt und daher falsch geplant haben, gibt es auch im wahren Leben Dinge, die wir viel zu lax behandeln. Aus solchen Erlebnissen lässt sich viel lernen für die Zukunft, und wer nach einem Fehler nicht anderen die Schuld gibt, sondern fair bleibt, wächst nicht nur sportlich, sondern auch menschlich.

High Five aufs Leben!

Das Glücksgefühl, wenn man sich gemeinsam geschunden und ein großes Ziel erreicht hat, verbindet und trägt Sie für den Rest Ihres Lebens. 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!“

CONNYSCHUMACHER

Sportökonomin | Managementtrainerin | Rednerin

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.



BEGEISTERTE KUNDENSTIMMEN

„Conny Schumacher zeigte uns anschaulich, wie wir bessere Leader werden, wenn wir uns unseren Herausforderungen stellen! Ich habe für mich einen wichtigen Satz mitgenommen: „Be professional.“ Das trägt mich seither mantra-artig durch schwierige Situationen und hat tiefe innere Ruhe und Klarheit in meinen Alltag gebracht.“

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

„Ganz herzlichen Dank für deine beiden bewegenden und mitreißenden Vorträge. Wir haben von unseren Teilnehmern sehr viele positive Rückmeldungen erhalten. Denn gerade dein Thema „Mach DEIN Ding – fit und mutig persönliche Herausforderungen meistern“ trifft inhaltlich und emotional die Lebenssituationen vieler Menschen. Wir kommen sehr gerne wieder auf Dich zu.“

Susanne Illerhaus, ILLERHAUS Marketing, Starnberg

„Sich selbst zurücknehmen um als Team zu gewinnen. Mit viel Achtung für Natur, Gastgeberland und den Zauber des Einfachen erzählt Conny Schumacher von einem Teamexperiment in der Wüste Negev. Man spürt ihre Sehnsucht nach Freiheit, die Verbundenheit zu Land und Leuten, aber auch ihre Professionalität in jedem Satz. Conny Schumacher bietet keinen klassischen Vortrag, der von einer Heldin und ihren Abenteuern erzählt. Sie nimmt die Menschen mit in eine überwältigende Landschaft, persönliche Grenzerfahrungen und tiefe menschliche Begegnungen. Man ist auf Augenhöhe dabei. Ehrlich, sehr nahbar - und dadurch jede Menge Gänsehautmomente“.

Bettina Kohl, Hamburg

„Sie haben mir aus dem Herzen gesprochen. Sie haben so wunderbar in Worte gefasst, was ich seit langem denke und fühle, und mich nie getraut habe zu sagen, einfach weil ich denke, dass andere mich nicht verstehen. Ich habe so viel Inspiration und Mut mitgenommen aus Ihrem Vortrag. Danke dafür!“

Marie Godescheid, Erfurt

“... sie sagt: ich bin ein ganz gewöhnlicher Mensch, keine Heldin. Ich will andere inspirieren, sich Dinge zuzutrauen, von denen wir sonst immer denken, dass das nur die anderen können.“

Ricco Schinkel, Online Experte



LEBEN IST - SIE PLANEN UND ALLES KOMMT ANDERS.

Ziele zu haben reicht nicht. Es geht um das sichere Erreichen. Wichtig sind erfolgserprobte Strategien, um in stürmischen Zeiten den Fokus zu halten. Als lebenserfahrener Coach fördert, fordert und unterstützt Conny Schumacher ihre Klienten, ihr Ziele zuverlässig und punktgenau zu erreichen.

Es gibt keine Branche, von der wir so viel lernen können, wie vom Sport

Conny Schumacher coacht in Workshops und Einzelsessions seit mehr als 25 Jahren ihre Klienten nach den entscheidenden Erfolgsprinzipien aus dem Leistungssport zum Erfolg. Sie weiß, dass Ziele alleine nicht genügen und sie kennt die Stolpersteine, die das Leben uns immer wieder in den Weg wirft. Die, die es uns schwer machen den Fokus zu halten.

„Mach DEIN Ding“ heißt für die Sportwissenschaftlerin Conny Schumacher, tief einzutauchen in die Nöte und das System „Mensch“ und einfache, alltagstaugliche und hocheffektive Lösungsstrategien für diese Stolperstein-Situationen zu finden. So entstanden über die Jahre ihre Programme.

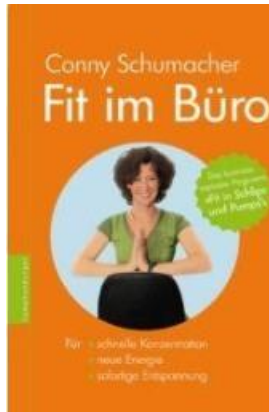
Aktuelle Workshop- und Coachingthemen:

- Kante zeigen – souverän durchsetzen
- Gesunder Umgang mit Wettbewerb
- Selbstoptimierung
- Teamdynamiken verstehen und steuern
- Krisen meistern – aus schwierigen Phasen gestärkt hervorgehen
- Produktive Partnerschaften: Wie Sie die Unterstützung bekommen, die Sie brauchen
- Ziele setzen, Fokus halten
- Immer schön locker bleiben – das Geheimnis der Champions

WEITERE TRAININGS- UND COACHINGPROGRAMME VON CONNY SCHUMACHER

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.

2009 erschien dazu ihr Buch FIT IM BÜRO, und nach wie vor gibt es dazu Workshops und Showeinlagen auf Messen und Kongressen.

Haben Sie Interesse, fragen Sie uns einfach nach Fit in Schlips und Pumps©.

[Download Presstext](#)

„Boost your Energy!“

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

Wer SEIN DING machen will, braucht vor allem eines: **Energie, Leichtigkeit und den Flow der guten Laune**. Erstaunlich genug, aber 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 auf www.conny-schumacher.de/energie

„Fitter Körper – fitter Geist“

Bringen Sie Ihre Zufriedenheit auf ein neues Level

Wenn Sie etwas Grundlegendes verändern wollen, beginnen Sie am besten bei sich selbst. Lernen Sie sich und Ihre Bedürfnisse, aber auch die Grenzen Ihres Körpers sehr gut kennen. Und nehmen Sie diese ernst. Aus meiner Erfahrung ist die Basis für mehr Souveränität und Zufriedenheit immer eine Mischung aus mentaler Stärke und körperlicher Fitness.

Dies gilt im Privaten und im beruflichen Umfeld, denn täglich stehen wir vor Herausforderungen und bringen Körper und Geist immer wieder an und über seine Grenzen. Das rächt sich. Körperliche Beschwerden, Müdigkeit, Scheidung, Burnout – die Liste möglicher Konsequenzen ist lang.

Werden Sie aktiv – **auf beiden Ebenen** und werden Sie wieder **fit UND belastbar!**

CONNYSCHUMACHER

Sportökonomin | Managementtrainerin | Rednerin

Leadership-Wanderungen durch die Wüste Negev in Israel

Das Besondere an unseren Leadership-Wüstenwanderungen ist: Es gibt keinen klassischen 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!

WEITERE VERÖFFENTLICHUNGEN



[Download Presstext](#)



[Download Presstext](#)

Doch treffen Sie Conny Schumacher persönlich und entscheiden Sie selbst:



WAS IST IHR DING?

Alfred-Schmidt-Straße 15 • 81379 München • +49 176 57 89 08 26 • fit@conny-schumacher.de
Bank GLS Bank • **iban** DE85430609678235027300 • **BIC** genodeM1GLS • **UST ID** DE170556367