

SPITZENLEISTUNGEN IN WIRTSCHAFT UND SPORT

Das Buch

Die alltäglichen Stressoren führen mittlerweile immer häufiger zu Erschöpfungszuständen bis hin zum „Burn-out“. Im Jahre 2000 zeigten noch 70 von 1.000 Mitarbeitern Erschöpfungszustände, heute hat sich die Zahl verfünffacht mit 350 von 1.000 Mitarbeitern in deutschen Unternehmen. Nach internen Informationen liegt die Burn-out-Quote bei den Führungskräften über 35 %.

Der Traum vom Gewinn der Meisterschaft, die Sucht nach Erfolg als Anerkennung persönlicher Stärke, die finanziell lukrativen Angebote und die steigenden mentalen und physischen Beanspruchungen führen auch bei Spitzensportlern immer häufiger zu Ermüdungszuständen, starken Leistungsschwankungen, Stimmungsschwankungen bis hin zu vielfältigen unerklärlichen Verletzungen.

Wir zeigen Ihnen wie es Ihnen gelingt, Ihre Lebensqualität und Leistungsfähigkeit nachweislich zu verbessern, wie sie gesund und leistungsfähig bleiben durch das frühzeitige Erkennen und Korrigieren von biochemischen Störungen. Mit optimaler Energiezufuhr lassen sich diese vielfältigen Überlastungsreaktionen einfach vermeiden. Viele internationale Spitzensportler (Olympiasieger, Welt-, Europameister, Deutsche Meister) profitieren seit Jahren von diesen neuen Erkenntnissen und können so auf einem höheren Leistungsniveau schmerz- und verletzungsfrei trainieren. Durch optimale Energie auf Rezept bleiben Spitzenleistungen in Wirtschaft und Sport kein Traum mehr.

Der Autor

Prof. Dr. Elmar Wienecke ist Diplomsporthelehrer und promovierter Sportwissenschaftler. Seinen Dokortitel hat er im Fachbereich Sportmedizin/Kardiologie/Trainings- und Bewegungslehre an der Sporthochschule Köln erworben. Mit 33 Jahren gründete er SALUTO, eine Kombination aus medizinischer Dienstleistung, Diagnostik, Wissenschaft und Forschung, das heute als ein Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness in Deutschland gilt. Im Zeitraum von 20 Jahren untersuchte er mit seinem Team über 38.000 Personen davon u. a. über 10.000 Führungskräfte und 11.500 Leistungs- Spitzensportler. Heute profitieren zahlreiche Führungskräfte sowie Olympiasieger, Weltmeister, Europameister und Deutsche Meister von seinem erfolgreichen Energiekonzept. Als „Invited speaker“ bei der APCESS (Asian Pacific Conference of Exercise and Sport Science) stellte er in Taiwan vor 40 Nationen seine neu gegründete Stiftung für Mikronährstoffe - Prävention, Gesundheit, Lebensqualität (SfMPGL) vor.

Bildnachweis: © Thinkstock/Chad Baker



224 Seiten • in Farbe
Klappenbroschur • 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-89899-838-3 • € [D] 14,95

■ **online / E-Books**
www.dersportverlag.de

■ **per E-Mail**
marketing@m-m-sports.com

■ **per Telefon / Fax**
02 41 - 9 58 10 - 40
02 41 - 9 58 10 - 10

■ **per Post**
MEYER & MEYER Verlag
Von-Coels-Str. 390
52080 Aachen

**MEYER
& MEYER
VERLAG**