

Annabel Müller

„Life is a journey. Whether you choose it to be a coffee ride or an expedition is up to you!“ – Ihr Leben ist sicher keine Kaffeefahrt. 2015 bezwingt Annabel Müller erfolgreich die Königsdistanz des Swiss Irontrail – eines der längsten und härtesten Ein-Etappen-Rennen Europas. 201 km und 11.400 hm zu Fuß, ohne Schlaf, bei Temperaturen von + 30° bis - 8° Celsius, mit minimalster Verpflegung, verlangen dem Körper einiges ab – physisch wie psychisch. Ein Jahr später verwirklicht sich die ehemalige Vertriebs- und Regionalleiterin mit dem Ziel-einlauf beim legendären Ultra Trail du Mont-Blanc einen großen Läufertraum. 2017 siegt sie beim Hochkönigman auf der Hauptdistanz als gesamt Dritte. Wieder ein Meilenstein für die ambitionierte Sportlerin, die ihr liebstes Hobby neben Fulltime-Job, Selbstständigkeit und Rednerkarriere stetig vorantreibt. Dabei geht es ihr gar nicht darum, die weltbeste Ultra-Trail-Läuferin zu werden. Mit ihren Erfahrungen aus Regionalleitung, Firmengründung und Markenaufbau weiß die heutige Physiotherapeutin, dass die Herausforderungen im Management und beim Extremsport viele spannende und erkenntnisreiche Parallelen aufweisen. Authentisch, geistreich, überzeugend und humorvoll veranschaulicht sie, wie man schwierige Entscheidungen trifft, sich selbst und andere zu Bestleistungen motiviert, wie man Erfolg äußerst effizient „gestaltet“ und trotzdem Spaß an der Sache behält.



» Kämpfe nicht mit dem Weg. Nutze was er Dir gibt.

Themen

» Expedition Erfolg

- Motivation ist ... Wie man sich selbst und andere zu Höchstleistungen motiviert und auch in Krisensituationen den MUT behält.
- Gute Entscheidungen sind nicht immer einfach. Doch! Denn gute Dinge sind immer einfach. Wie man einfach gute Entscheidungen trifft und Denkfehler vermeidet.
- Erfolg braucht Fokussierung & Effizienz. Wie Sie Ressourcen richtig einsetzen und möglichst immer genug Reserven haben, um nicht nur in Extremsituationen die Nase vorne zu behalten.

» Expedition Fitness – Körperliche und geistige Fitness ist die Basis für jegliche Art von Erfolg!

- Das Morgen-Prinzip – vom Vorsatz zum Umsatz. Wieso Anfangen so schwer ist wie Durchhalten und wie Sie beides schaffen!
- Die Perfektionismus-Falle. Wie Sie effizient fit werden, ohne sich in Details zu verlieren.
- Wie viel Kopf steckt im Körper? Welchen Anteil hat mentale Stärke und wie lässt sie sich optimieren?

» Expedition X

- Ein einmalig exklusiver Expeditionsvortrag gemäß Ihren individuellen Anforderungen. (Preis auf Anfrage)

Referenzen & Presse

Techniker Krankenkasse | TK, SAP, Galeria Kaufhof, Koch Media GmbH, Inamed GmbH, MESSRING Systembau MSG GmbH, Gerhard Kuntz & Kollegen, Naturland e. V., Nico Cruises Flussreisen GmbH, Kemmler Electronic GmbH, engelhorn sports GmbH, WDV Molliné, Borg Warner Turbo Systems GmbH, OCM Klinik GmbH, Magna International Inc., Verwaltungs-Berufsgenossenschaft (VBG) München sowie diverse Finanzämter u. v. m.

„Ihr Seminar hat die Mitarbeiter begeistert und einen nachhaltigen positiven Effekt hinterlassen.“ **Gerhard Kuntz & Kollegen**

„Das Seminar hat uns bewusst gemacht, was man alles mit kleinen Veränderungen erreichen kann. Frau Müller ist ein sehr positiver Mensch. Sie sprüht vor Energie und hat mit viel Freude und Einsatz die Thematik den Teilnehmern nähergebracht. Wir können das Seminar nur weiterempfehlen.“ **Koch Media GmbH**

„Das gesamte WDV-Molliné-Team bedankt sich für die interessanten Impulse. Frau Müller hat uns gezeigt, wie wichtig es ist, den perfekten Ausgleich zu schaffen. Auch unsere erfahrenen Sportler konnten dazulernen.“ **WDV-Molliné-Team**

„Alle waren mit großem Spaß dabei und können Frau Müller ohne Einschränkung weiterempfehlen. Besonders hervorheben möchten wir die Professionalität von Frau Müller.“

MESSRING Systembau MSG GmbH

www.speakers-excellence.com

Engagement

Impulsvortrag



Interview



Business Talk



Kategorie & Vortragssprachen

Persönlichkeit & Erfolg

Vortragssprachen

Medien & Auszeichnungen



GERMAN SPEAKERS ASSOCIATION
NEWCOMER CASTING
TOP ROOKIE 2016