

Slatco Sterzenbach

Mitglied des SCOPAR-HEALTH-Teams



TÄTIGKEITSPROFIL

- Themen bezogene Firmenvorträge („der perfekte tag“, „LEBENSKRAFT hoch 10“)
- Beratung für betriebliches Gesundheitsmanagement
- Work-Life-Balance Beratung und Coaching
- Personal-Healthcoaching (Potenzialanalyse, Trainingsplanung, Selbstmanagement)
- Projektleitung von gesundheitsbezogenen Firmen-Events

KOMPETENZSCHWERPUNKTE

- Erlebnis-Workshops für Bewegung, Entspannung und Ernährung am Arbeitsplatz
- Beratung, Analyse und Konzeption für betriebliches Gesundheitsmanagement
- Work-Life-Balance Einzel- und Gruppen-Coachings
- Beratung und Betreuung bei persönlicher Gesundheitsmanagement-Planung
- Konzeption, Organisation und Koordination von spezifischen Gesundheitsevents / -Tagen
- Motivations-Workshops

ERFAHRUNGEN

- Ausbildung zum examinierten Krankenpfleger
- Ausbildung zur diplomierten Sportwissenschaftler mit Schwerpunkt Prävention und Rehabilitation
- Weiterbildung Ernährungsberatung
- Erfahrung von bisher über 1.100 Seminartagen in internationalen Großfirmen
- Über 300 Einzelcoachings von Führungskräften
- Mehr als 20 Jahre Berufs- und Führungserfahrung im Healthmanagement
- Internationaler Ausbilder für Fitness und Personal Trainer (bisher über 6.000 Trainer aus- und weitergebildet)
- Eigenes Beratungsunternehmen für Betriebliches Gesundheitsmanagement und Work-Life-Balance
- Zweifacher Bestsellerautor („365 Tage fit“ im Knauer-Verlag und „der perfekte tag“ im Heyne-Verlag)
- Mehrfacher IRONMAN-Finisher und ehemaliger Weltrekordhalter im Indoorcycling
- Mehrsprachig: Deutsch, Englisch