

Der Speaker	04
Zahlen, Daten, Fakten	06
Vorträge Lebenstraumfänger	08
Public Events für Menschen wie Du und ich	12
Wirkungsvolle Worte/Zitate	14
Nachgefragt	16
Wirkungsvolle Worte/Zitate	18
Ein Speaker. Drei Botschaften.	20
Lebensweg	22
Das sagen andere (Referenzen)	24
Zufriedenheitsgarantie	26
Impressionen	28
Presse	30



Florian Wildgruber

Moltkestr. 15 // 85356 Freising

Telefon: 0049-176 39093742

info@florianwildgruber.com

www.florianwildgruber.com

Professioneller Sport

Die Faszination Triathlon, also die Kombination aus körperlicher Fitness und mentaler Willenskraft, gab den Ausschlag für Florian Wildgruber, sich für eine Profikarriere zu entscheiden. Der Triathlon-Sport wurde für ihn zur Berufung, das tägliche Training zur Leidenschaft, der Erfolgshunger zum großen Antrieb. Noch liegen viele Kilometer Training im Wasser, auf dem Rad und zu Fuß vor ihm, bis er sich seinen großen Traum vom Start beim Ironman Hawaii erfüllen wird.

Neue Grenzen

Ein erfolgreicher Triathlet muss lernen, seine mentalen und physischen Grenzen zu überwinden. Wildgruber setzte sich 2013 in seiner Masterarbeit intensiv mit dem Einfluss der Gedanken auf die körperliche Leistungsfähigkeit auseinander. Die wichtigste Erkenntnis: Einzig und allein der Kopf – einen gesunden Körper vorausgesetzt – verhindert neue physische Bestleistungen. Wildgruber lernte so die eigenen Grenzen zu verschieben und konnte neue persönliche Rekorde erzielen.

Leben leben

„Lebe Deinen Traum“ – für viele Menschen ist das leichter gesagt, als getan. Der berühmte „innere Schweinehund“ weiß tausend Gründe, warum etwas nicht geht bzw. warum sich ein Traum nicht realisieren lässt. Florian Wildgruber begegnet dieser Herausforderung stets mit Optimismus: „Ich will immer das Beste aus meinen Fähigkeiten und Möglichkeiten herausholen. Mach Dich einfach jeden Tag ein klein wenig besser und Du bist irgendwann der Beste.“

Sport studieren

Für Florian Wildgruber hat sich schon früh herauskristallisiert, dass Sport mehr ist als nur ein Hobby. Er brannte auch beruflich für dieses Thema und entschied sich für das duale Bachelorstudium „Fitnessökonomie“ an der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement. Nachdem er dieses Studium neben dem Vollzeitjob und dem Leistungssport mit einem Notendurchschnitt von 1,5 abgeschlossen hatte, entschied er sich sofort im Anschluss für ein Masterstudium in Sportpsychologie, welches er ebenfalls zwei Jahre später erfolgreich beendete.

Menschen begeistern

„Hilf Menschen, ihre Träume zu erreichen, und sie helfen Dir, dass Du Deine erreichst.“ Gemäß diesem Motto hält Florian Wildgruber seine Vorträge. Waren es anfangs noch hauptsächlich einzelne Personen, denen Wildgruber mit Fitnessplänen geholfen hat, ihre Ziele zu erreichen, so sind es heute mehrere hundert Zuhörer, die er mit seinen Erfahrungen und seiner Begeisterung ihren Träumen näher bringt.

Aus der Praxis für die Praxis

Egal, ob in Fitness-Studios oder in Firmen, Florian Wildgruber schafft es mit seinen mitreißenden Vorträgen immer wieder, nachhaltige Impulse zu setzen. Dabei profitieren seine Zuhörer vor allem von seinen eigenen Erfahrungen als Leistungssportler. Trockene Theorie sucht man in seinen Vorträgen vergeblich. Stattdessen bieten seine Tipps und Anregungen die Möglichkeit, sofort die ersten Schritte in eine andere Richtung zu machen. Die Themen „Persönlichkeitsentwicklung“ und „Inspiration“ stehen im Mittelpunkt seiner Vorträge.



„Wir brauchen niemanden, der uns sagt, wie etwas geht. Wir brauchen jemanden, der uns inspiriert, das zu tun, was wir lieben.“

1.800 Liter Mineralwasser und Isodrinks

126 Vorträge 2014 gehalten

1,5 Mio Kalorien verbrannt

700 x den inneren Schweinehund besiegt

18 Seminare & Coachings 2014

77.100 Suchergebnisse und Einträge bei Google

1.500 Laufkilometer absolviert

10.000 Radkilometer gekurbelt

37 Ruhepuls

6 x Top-3-Platzierungen 2014

800 Trainingsstunden geschwitzt

82 relative maximale Sauerstoffaufnahme

52.000 Reisekilometer 2014

500 km geschwommen



„Berühre die Menschen,
bringe sie zum Lachen
oder zum Weinen, und sie
hören dir zu.“

Nach diesem Motto hält Florian Wildgruber als Speaker, Motivator und Visionär seine Vorträge. Er schafft es damit immer wieder aufs Neue, wertvolle Inhalte unterhaltsam und gewinnbringend für die Zuhörer zu vermitteln. Seine Botschaften inspirieren und motivieren die Menschen zum Handeln und Anpacken.

Speziell auf die Bedürfnisse und Wünsche des Veranstalters zugeschnitten, garantieren die Vorträge von Florian Wildgruber immer ein packendes, aber auch nachhaltiges Vortragserlebnis. Namhafte Unternehmen nutzen bereits die Vorträge von Florian Wildgruber, um ihre Veranstaltung zu einem ganz besonderen Erlebnis zu machen. Hier eine Auswahl der Buchungsmöglichkeiten für Firmen:

- Events
- Kundenveranstaltungen
- Mitarbeiter- oder Führungskräfte tagungen
- Kick-off-Veranstaltungen
- Key-Note-Vorträge
- Kongresse
- Verbandstreffen
- Vertriebsmeetings



LEBENSTRAUMFÄNGER

„Seine eigenen Träume leben und gleichzeitig unternehmerisch erfolgreich sein. Ist das nicht ein Widerspruch in sich?“

Nein, da ist sich Florian Wildgruber sicher. Eine gute Ausbildung und ein exzellentes Fachwissen reichen heutzutage schon lange nicht mehr aus, um sich von seinen Mitbewerbern oder Marktbegleitern abzugrenzen. Wer immer nur das tut, was er muss, wird nie sein ganzes Potenzial entfalten. Träume hingegen geben uns Sinn, neue Kreativität und Kraft für die Arbeit oder das Privatleben.

Auf unterhaltsame, aber auch provokante Weise zeigt der Profi-Triathlet und Top-Speaker Florian Wildgruber, wie der Mensch sein Potenzial entdecken und gewinnbringend einsetzen kann. Dabei gewährt er den Zuhörern einen tiefen Einblick in die Geheimnisse des Profisports und die psychologischen Kniffe zur Spitzenleistung. Erleben Sie einen Vortrag voller Leidenschaft, Begeisterung und Inspiration.

TRAUMWÄRTS. WARUM TRÄUME
UNSER GRÖSSTES KAPITAL SIND.



„Hilf Menschen, ihre Träume zu erreichen, und sie helfen dir, deine zu erreichen.“



ICH LEB' DANN MAL

Wissen Sie, warum viele Menschen beinahe schon einen Triathlon gemacht hätten? Was wir von Leistungssportlern nicht lernen sollten? Und warum Kinder uns meilenweit voraus sind? Mit seinem aktuellen Motivationsvortrag „Ich leb' dann mal“ wagt sich Florian Wildgruber an ein Thema heran, über das sich wohl die meisten Menschen schon Gedanken gemacht haben: Wer bin ich? Was ist der Sinn des Lebens? Was kann ich schaffen? Der Referent liefert überraschende Antworten auf diese brennenden Fragen. Er polarisiert und provoziert gleichermaßen und stellt damit klassische Denkweisen in Frage. Mit viel Humor und fernab von trockener Theorie bringt er seine Zuhörer zum Schmunzeln und Lachen, aber auch zum Nachdenken. Lassen Sie sich mitreißen und begeistern vom Profi-Triathleten und Speaker Florian Wildgruber, der seinem inneren Schweinehund schon längst einen Maulkorb verpasst hat und die Dinge lieber selbst in die Hand nimmt. Wildgruber ist sich sicher:

„Es gab noch nie eine bessere Zeit, um sich selbst zu verwirklichen. Man muss die Chance nur ergreifen.“

„Das Einzige, was wir riskieren, ist, nicht gelebt zu haben!“

„Nichts kostet die meisten Menschen mehr Mut und Überwindung, als Altes loszulassen, um Neues zu entdecken.“

„Wir brauchen niemanden, der uns sagt, wie etwas geht. Wir brauchen jemanden, der uns inspiriert, das zu tun, was wir lieben.“

„Der Mut, Neues zu wagen, wird mit Zufriedenheit belohnt.“

„Nimm Menschen nicht, wie sie sind. Hilfe ihnen, der zu werden, der sie sein können.“

„Mittelmaß oder Träume – beides hat Konsequenzen.“

„Irgendwann ist ein anderes Wort für niemals.“

„Vielen haben Angst davor, zu sterben. Aber die wenigsten haben Angst davor, nicht zu leben.“

„Wer Außergewöhnliches leisten will, muss erst einmal daran glauben, dass er selbst etwas Außergewöhnliches ist.“

Er hat Sportpsychologie studiert, ist Triathlet der internationalen Spitzenklasse und begeistert Menschen mit seinen Vorträgen. Florian Wildgruber, 24, ist nicht nur ein ausdauernder Profisportler, auch auf der Bühne gibt er alles, um mit viel Inspiration seine Zuhörer dazu zu bringen, das Beste aus sich zu machen:

Sie wollen mit Ihren Vorträgen Ihre Zuhörer ganz bewusst nicht motivieren, sondern viel mehr inspirieren. Warum?

Motivation besteht in den meisten Fällen nur aus einem externen Anreiz. Um es deutlich auszudrücken: Motivation bedeutet oftmals nur, Menschen dazu zu bringen, etwas zu tun, was sie aus eigenem Antrieb nicht getan hätten. Das geht vielleicht für eine kurze Zeit gut, aber langfristig sind die Erfolgsaussichten ziemlich gering. Wenn ich es stattdessen schaffe, meine Zuhörer mit Geschichten zu inspirieren, dann kann der Eigenantrieb entstehen, der notwendig ist, um Spitzenleistungen zu erbringen.

Wie sind Sie zu dieser Erkenntnis gekommen?

Sowohl als Fitnesstrainer als auch als Vertriebsleiter habe ich mir immer wieder Gedanken gemacht, wie ich es schaffe, meine Kunden oder auch mein Team zu motivieren. Jedoch war die Wirkung klassischer Motivationsmethoden nur von kurzer Dauer, wenn der Betroffene keinen Sinn darin gesehen hat, etwas zu tun.

Haben Sie ein Beispiel?

Viele Menschen möchten beispielsweise abnehmen. Um die Motivation zu erhöhen, versucht man sich klassischerweise, ein Ziel in Form der erwünschten Gewichtsabnahme zu formulieren. Jedoch hat der Betroffene dabei keinerlei emotionale Bindung zu diesem abstrakten Ziel und sieht somit auch

keinen Sinn darin, wieso er sich dafür anstrengen sollte. Schaffe ich es hingegen, die Person zu inspirieren, so wird sich diese selbst Gedanken darüber machen, warum es gut wäre abzunehmen. Das selbstgesteckte Ziel, auf Grund der Gewichtsabnahme seine Kinder 20 Jahre länger zu sehen, wird die meisten mehr motivieren als das alleinige Ergebnisziel abzunehmen.

Kann man diese These auch auf Unternehmen übertragen?

Selbstverständlich! Ich bin sogar davon überzeugt, dass sich absolute Spitzenleistungen hier nur mit Inspiration und Leidenschaft erreichen lassen. Man muss lieben, was man tut, um unternehmerisch ganz vorne mitspielen zu können.

In Ihren Vorträgen sprechen Sie oft davon, dass man seine eigenen Lebensträume fangen sollte. In wie weit lässt sich das mit dem Job verbinden?

Unternehmen entstehen in der Regel dadurch, dass eine Person einen Traum hat. Den Traum, mit der eigenen Idee ein Unternehmen zu gründen. Obwohl für dieses Vorhaben meist eine Menge Energie, Zeit und Geld notwendig ist, sind die Gründer mit Begeisterung und Leidenschaft am Werk, weil sie wissen, wofür sie das alles tun. Nun gibt es viele Mitarbeiter, die tagtäglich hart für die Träume des Unternehmers arbeiten, in der Hoffnung, dass sie sich später dann irgendwann ihre eigenen Träume erfüllen können. Angenommen, die Visionen des Mitarbeiters gehen mit denen des Unternehmens einher, so wäre der Mitarbeiter nicht nur intrinsisch motiviert, sondern es wären die besten Voraussetzungen gegeben, um vor allem auch das Unternehmen selbst in einem Ausmaß nach vorne zu bringen, wie es mit extrinsischer Motivation niemals möglich gewesen wäre. Dass das funktioniert, zeigen bereits einige Unternehmen. Das sind Firmen, die nicht nur wirtschaftlich, sondern auch technologisch zur Spitze zählen.

Momentan sind Sie gerade dabei, ein neues Speaker-Programm zu schreiben. Um was geht es dabei?

Der Vortrag heißt „Entscheidungen am Limit – Top-Leistung zum richtigen Zeitpunkt“. Es geht darum, in wichtigen Situationen die richtigen Entscheidungen zu treffen. Kurz gesagt: gut sein, wenn's darauf ankommt.

Wie sind Sie auf dieses Thema gestoßen?

Egal, ob im Profisport, im Unternehmen oder aber auch im Alltag: Es gibt viele Menschen, die sich tage- oder vielleicht sogar monatelang auf ein wichtiges Ereignis vorbereiten. Im entscheidenden Moment aber versagen ihnen die Nerven, und das, obwohl sie vielleicht davor die Sache in der Trainingssituation sogar fehlerfrei gemeistert haben. Im Sport spricht man gerne mal vom Trainingsweltmeister, aber auch im Job oder im Alltag begegnen wir regelmäßig Situationen, in denen es darauf ankommt.

Haben Sie ein Beispiel, wie Sie psychologisch bei den Leuten ansetzen?

Fast jeder Mensch hat kein Problem damit, sich auf einen Stuhl zu stellen. Wenn dieser Stuhl aber plötzlich nicht mehr auf dem Boden, sondern ganz oben an der Dachkante eines Hauses steht, dann sieht die Sache schon ganz anders aus. Das heißt: Sobald eine Entscheidung relevant wird, beschäftigen sich die Leute mit den Konsequenzen und nicht mehr mit dem, was eigentlich zu tun ist. Da liegen dann oft die Nerven blank, obwohl die Kompetenz für das Handeln da ist. Und genau da setze ich bei meinen Vorträgen an.

Was bringt Ihnen der Triathlon für Ihre Auftritte als Speaker?

Triathlon nimmt zwar viel Zeit in Anspruch, aber ich reise viel und lebe so meinen Traum. Und auch während eines Triathlons geht es immer wieder darum, Entscheidungen zu treffen. Das ist ähnlich wie bei Top-Managern, die auch mehr-

mals am Tag zentrale Entscheidungen zu treffen haben. Ich sitze also nicht nur am Schreibtisch und konzipiere meine Vorträge, Triathlon gibt mir auch die Praxis mit.

Wie sind Sie darauf gekommen, Speaker zu werden und solche Inspirationsvorträge zu halten?

Schon immer war es mir wichtig, auch neben dem Sport noch etwas zu bewegen. Als ich gemerkt habe, dass mir Vorträge nicht nur sehr viel Spaß bereiten, sondern dass ich meine Zuhörer mit meinen Themen auch erreiche, lag die Entscheidung nahe, Speaker zu werden. Meinen sportlichen Traum zu leben und gleichzeitig auch noch andere Menschen zu inspirieren, macht mich sehr zufrieden.

Was bleibt bei den Zuhörern hängen? Was machen Sie, damit das Publikum die Anregungen nicht nach drei Tagen wieder vergisst?

Es stimmt schon: Oft läuft es so, dass die Leute sagen: „Schön war's“, dann aber nach ein paar Tagen alles wieder vergessen. Deshalb appelliere ich an meine Zuhörer, sich eine Sache aufzuschreiben, damit zu starten und dann auch weiterzumachen. Und wie mir E-Mails und anderes Feedback zeigen, gibt es viele Menschen, die damit wirklich positive Erfahrungen gemacht haben. Ziel in den Vorträgen ist es auch, ein bisschen zu polarisieren, durchaus auch mal richtig Klartext zu sprechen. Auch das bewirkt, dass es besser im Gedächtnis haften bleibt.



„Wir lernen Sachen, die uns nicht interessieren, um einen Job zu bekommen, den wir nicht mögen, um Geld zu verdienen, das wir nicht brauchen, für ein Leben, das wir nicht leben.“

„Der Alltag macht uns zu Weisen unserer Träume.“

„Immer zufrieden macht unzufrieden.“

„Entflamme mit Deiner Leidenschaft das Feuer in anderen.“

„Viele tauschen ihr Leben gegen Sicherheit ein, die sie nicht brauchen.“

www.lebenstraumfänger.de

„Wir kommen alle als Träumer auf die Welt und werden zu Normalos gemacht.“

„Den Preis, immer noch mehr Geld mit Sachen zu verdienen, die uns keinen Spaß bereiten, bezahlen wir mit unseren Träumen.“



Ein Speaker. Drei Botschaften.

Leidenschaft

„Wer das tut, was er liebt, wird nie wieder arbeiten müssen.“ Gemäß diesem Leitsatz hält Florian Wildgruber seine Vorträge. Mit Begeisterung und vollster Hingabe steht er nicht nur selbst jede einzelne Minute auf der Bühne, sondern er zeigt vor allem auch seinen Zuhören, wie man es endlich schafft, das zu tun, wofür man brennt.

Inspiration

Florian Wildgruber will mit seinen Vorträgen nicht motivieren, sondern in erster Linie inspirieren. Inspiration hält auch dann noch an, wenn die Motivation längst verflogen ist. Inspiration fördert Kreativität, wohingegen Motivation lediglich dem Zweck dient. Inspiration lässt die Augen dauerhaft strahlen, wohingegen Motivation nur für einen kurzen Lichtblitz sorgt. Lassen Sie sich inspirieren!

Nachhaltigkeit

Irgendwann ist ein anderes Wort für nie. Der beste Vortrag hat keinen Nutzen, wenn er nicht dazu führt, dass man bestimmte Sachen ändert. Genau aus diesem Grund hat er sich Florian Wildgruber auf die Fahne geschrieben, mit seinen Vorträgen einen nachhaltigen Erfolg zu schaffen. Seine Vorträge sind begeisternd, inspirierend und fordern zum Aufstehen und Handeln auf.

Florian Wildgruber steht für:

- Ein fesselndes Thema
- Einen mitreißenden Vortragsstil
- Lebhaftes Beispiele
- Leidenschaftliche Rhetorik
- Garantiert begeisterte Zuhörer/Innen

IRONMAN

„Eine Vision gibt uns Sinn. Eine Vision gibt uns das Strahlen in den Augen. Eine Vision zeigt uns, warum es sich lohnt, in der Früh aufzustehen.“

Florian Wildgruber

Leben & gewinnen

- | | | | |
|------|---|------|---|
| 1991 | geboren in Freising | 2013 | Vize-Europameister in der Altersklasse und 6. Platz bei der Weltmeisterschaft in Las Vegas |
| 2006 | Aufnahme in den Kader der Handball-Bayernauswahl | 2014 | Vize-Europameister in der Altersklasse und 5. Platz bei der Weltmeisterschaft in Kanada
Bester Altersklassenathlet beim Ironman 70.3 in St. Pölten |
| 2007 | Debüt in der Herrenmannschaft des SC Freising in der Bayernliga | | Abschluss Master-Studium Sportpsychologie und Coaching als Jahrgangsjüngster |
| 2009 | Fachabitur in Freising als Jahrgangsjüngster | | Wahl zum „Sportler des Jahres 2013“ in Freising |
| 2010 | Beginn der Triathlonkarriere | 2015 | Bester Amateur und Gesamtplatz 10 beim Ironman 70.3 St. Pölten
Deutscher Meister Sprinttriathlon |
| 2011 | Vertriebsleiter in der Number 1 Fitnessworld GmbH in Freising | | |
| 2012 | Abschluss Duales Bachelor-Studium Fitnessökonomie als Jahrgangsjüngster | | |



„Man hat gespürt, dass Du lebst, was Du in Deinen Vorträgen weitergibst. Das Strahlen in Deinen Augen, Deine Körpersprache, all das hat gezeigt, dass Du weißt, wovon Du sprichst.“

Franziska D.

„Wer nach diesem Vortrag die Uhr immer noch nicht ticken hört, hat entweder nicht zugehört, oder war bedauerlicherweise immer noch nicht dort! Unbedingt Zeit nehmen und lauschen! Es lohnt sich!“

Gabriella N.

„Eine gelungene Veranstaltung mit einem sehens- und hörenswerten Vortrag, der Lust auf Fortsetzung macht.“

Reinhard Schwaiger, Vorstand Freisinger Bank eG

„Die Veranstaltung war ein riesen Erfolg! Deine positive Ausstrahlung und Deine lockere Art finde ich einfach genial. Durch Deine Art zu reden, Deine locker charmante Ausstrahlung und den spannenden Aufbau des Vortrags verging die Zeit wie im Flug.“

Stephanie Weghorn

„Florian Wildgruber lieferte auf unserem Festival einen mitreißenden Vortrag unter wirklich schweren Bedingungen. Das Publikum war begeistert, wir werden das wiederholen.“

Michael Kasper, Mitveranstalter Uferlos Festival Freising

„Beeindruckt hat mich vor allem, wie souverän Sie mit dem großen Auditorium umgegangen sind. Konsequent und knackig vermitteln Sie Ihre Botschaft. Sehr empfehlenswert!“

Marc S., Unternehmer

„Vielen Dank für den inspirierenden und kurzweiligen Vortrag. Mit Deiner mitreißenden Art schaffst Du es, den Zuhörer zu motivieren und zum Nachdenken anzuregen. Man spürt Deine Leidenschaft, die Du vermittelst und weitergibst. Weiter so!“

Brigitte Werner

„Die Veranstaltung hat mir sehr gut gefallen. Ihre positive Art und Ihre Ehrlichkeit hat mich total überzeugt!“

Siegfried Burkhart., Prokurist, Bereichsleitung Marketing, Vertrieb, TST – Freisinger Bank eG



Egal, ob als Leistungssportler im Wettkampf oder als Speaker auf der Bühne: Mein eigener Anspruch ist es, stets das Beste zu geben. Mein persönliches Ziel ist es, meine Zuhörer mit den Vorträgen nicht nur zu inspirieren und zu begeistern, sondern vor allem Ihrer Veranstaltung einen ganz besonderen Stempel aufzudrücken.

Erwarten Sie sich nicht nur einen guten Vortrag. Erwarten Sie sich ein Spektakel!

Ich garantiere Ihnen, dass Sie mehr als nur zufrieden sein werden.



Florian Wildgruber



