

# Ein Schritt weiter als unendlich...

[www.danny-verdam.de](http://www.danny-verdam.de)



## Projekt Wüstenlauf [www.racingtheplanet.com](http://www.racingtheplanet.com)

Als ich mich vor 16 Jahre für meinen ersten Wüstenlauf („Marathon des Sables“) entschied, wurde mein Vorhaben titulierte als exotisch und extrem. Es hieß: „der verrückte Holländer und sein Extremsport“. Mittlerweile gibt es ca. 50 vergleichbare Laufprojekte weltweit und jährlich tausende von Teilnehmern. Extremsport ist „eingebürgert“. Jetzt bin ich Einer von Vielen und um Vieles erfahrener.

In Unternehmen ist nun auch die Botschaft angekommen, dass Sportler sehr gewissenhaft Projekte bis zum Ende abarbeiteten, auch deren Stabilität (Stress- und Frustrationstoleranz), Kooperation (Kompromissbereitschaft) und Dominanz (Durchsetzungsfähigkeit) sind ausgeprägt. Alle Merkmale die für Unternehmer in ihren täglichen Aufgabengebieten ausschlaggebend für den Erfolg sind! Es stellt sich die Frage wie diese Merkmale dauerhaft positiv belegt werden? Weiß ich tatsächlich was mir gut tut? Wie ist mein Zeitmanagement während der Vorbereitung? Wie tanke ich Motivation? Wie erreiche ich innere Stabilität und wie lerne ich mich selbst in unterschiedlichsten Situationen wahrzunehmen? Wie findet der Transfer zwischen Sport und Wirtschaft statt?

Mein Sport,- und Wettkampferfahrung hat mich schon mehrfach in eine Richtung bewegt, die ich ohne den Sport nie gegangen wäre. Vor

allem mein Anpassungsvermögen, meine Disziplin (Planungsorientierung) und Hartnäckigkeit Ziele zu Verfolgen nenne ich als Pluspunkt, dabei nicht die notwendige Lockerheit und Positivismus aus den Augen zu verlieren. Der Mensch kann so viel mehr als er denkt zu können...

Diese Erfolgsfaktoren helfen auch beim nächsten Schritt hin zum Finden des Sports, der zu Ihnen passt, zum Umgang mit den Anforderungen so, dass es mit dem eigenen Leben vereinbart werden kann. Sie zeigen Parallelen auf und geben konkrete Ansatzpunkte für ihren nächsten Schritt. Denn ein Schritt weiter als Unendlich muss kein Marathon oder gar Lauf in der Wüste sein...

Ich sehe mich als Coach, Trainer, Motivator, Wegbegleiter der anderen Menschen zur Bewegung animiert, der ein wenig Durchhaltevermögen an der Hand gibt, und immer wieder neue Impulse setzt.

Das „Podest“ habe ich nie von oben gesehen, meine „Bühnen“ sind meine Laufseminare und Trainings. Es ist für mich eine Erfüllung einzelne Läufer auf ihren 1. Marathon vorzubereiten, oder auch Mitarbeiter Team die Teilnahme an einem Firmenlauf zu ermöglichen. So kann ich meine Erfahrungen weitergeben und erfahren wie Anderen mit ihrer Aufgaben wachsen. Ein Schritt weiter als unendlich...

## Ein Schritt weiter als unendlich...

### Sponsoring – Konzept – Anfrage

Der nächste Schritt geht erneut in die Wüste, in 2015 zum 7. Mal. Nach fast 5 Jahre Unterbrechung ist die Sehnsucht zurück, der „drive“ und das Verlangen, mit 50 Jahren noch mal ein Wüstenlauf ins Visier zu nehmen. Mit [www.racingtheplanet.com](http://www.racingtheplanet.com) werde ich in Juni den Gobi March bestreiten [www.4deserts.com/gobimarch](http://www.4deserts.com/gobimarch) und als weiteren Extremlauf den Atacama Wüste in Chile durchqueren [www.4deserts.com/atacamacrossing](http://www.4deserts.com/atacamacrossing).

#### Was können SIE tun, um Teil unseres Projekts zu werden?

Sie wissen, dass mein Engagement nebenberuflich läuft und für Vorbereitung, Trainingslager, Equipment und Wettkampf etliche Kosten entstehen. Verschiedene Partnerschaftsmodule habe ich für Sie aufgezeichnet, die eine Möglichkeit bieten, Teil des Projekts „ein Schritt weiter“ zu werden. Natürlich können wir gemeinsam andere Formen der Kooperation erarbeiten.

33 % aller Einnahmen fließen zu Gunsten von ARQUE. Sie können selbstverständlich auch ein anderes Projekt unterstützen. Mehr dazu unter [www.miles4help.de](http://www.miles4help.de).

#### Projektkooperationslaufzeit:

ab 01.10.2014 – 15 Monate, inkl. Nachbearbeitung

### Ein Auszug meiner Referenzen

- + mehr als 5.000 Teilnehmer an meinen Trainings in 15 Jahre
- + P&G – 5 Jahre Team Captain Corporate Chase Manhattan
- + „die Firma läuft“ – Begleitung regionale Firmenlaufveranstaltungen im Rhein Main Gebiet
- + Dr. Oetker Gruppe – Vorträge und Laufsupport
- + Bankhaus Lampe – Vorträge, Stressbewältigung durch Bewegung
- + Marketing Club Süd-Hessen – Vorträge – gute Vorsätze im neuen Jahr umsetzen
- + BVMW – Vorträge – „der erste Schritt“
- + RTL, SAT1, HR Fernsehen – Berichterstattung Marathon des Sables
- + Medical Sports Network – Interview
- + T-Online Services – Laufseminare
- + REWE Transgourmet – Impulse in Gesundheit
- + Nieder-Ramstädter Diakonie – Impulse in Gesundheit
- + DB Service Leipzig und Essen – Impulse in Gesundheit (Tochtergesellschaft Deutsche Bank AG)



### Ein Schritt weiter... mein Portfolio:

- + Coaching von Mitarbeitern und deren Unternehmen zum Firmenlauf
- + Begleitung von Läufer zu ihren ersten Marathon – Personal Coaching
- + Support bei der Vorbereitung von Mehrtages Lauf-Events
- + Gesundheits,- und Sportberatung für Unternehmen
- + Vorträge zur Aktivierung von Mitarbeitern zum Thema „Gesundheit und Bewegung“ (siehe auch Datei „unserer Bausteine“)



### Ein Schritt weiter... steht für:

- + Fairness in Sport, in breitesten Sinn des Wortes
- + Förderung von Betriebssport
- + Unterstützung von sozialen Projekten



### Ein Schritt weiter... wie werden Sie und Ihre Firma eingebunden?

- + Facebook usw. und Medienpräsenz in jeglicher Form (Interviews, Presseberichte, TV Auftritte)
- + Logo-Präsenz auf Ausrüstung, Kleidung und alle weitere Materialien. Produktstatements
- + Sie berichten intern im Unternehmen über unsere Partnerschaft – das Material stelle ich Ihnen zur Verfügung.
- + Nachbearbeitung in Form eines Projektberichts, mit Presseclipping, auch digital, zzgl. vorhandenes Filmmaterial

### Ein Schritt weiter... mögliche Bausteine:



#### Vortrag auf Event (Kundentag, Firmentagung) begleitet mit Filmmaterial

##### „Ein Schritt weiter als unendlich...“ –

1. Raus aus der Komfortzone – was Führungskräfte von Extremsportlern lernen können
2. Welche ersten Schritte erleichtern mir den Einstieg zur Bewegung und Sport?
3. Neue Möglichkeiten entdecken und Begrenzungen wahrnehmen
4. Konditionierung auf den Erfolg
5. Gesundheit als Führungsaufgabe

Kosten: € 900,- zzgl. Fahrtkosten



#### Vorbereitung Teilnehmer für einen Firmenlauf (Rhein-Main-Gebiet) – Muster

1. Im Vorfeld Besprechung Laufprojekts: Eventauswahl, Anmeldeverfahren, Tipps u.a. zum Lauftreff/Training usw.
2. Initiierung des Laufs durch Impulsvortrag, 3 x an einem Tag in Ihrer Firma
3. Begleitung der Laufgruppe bei 2 Lauftreffs

Kosten: € 1.400,- bei max. 25 Teilnehmer zzgl. Fahrtkosten



#### Individuelles Coaching zum Laufwettkampf (Rhein-Main-Gebiet) – Muster

1. Im Vorfeld Besprechung, Gesundheitscheck, Beratung + Zielsetzung
2. Trainingsplanerstellung, Telefoncoaching, Begleitung bei Wettkämpfen

Kosten: € 1.800,- zzgl. Fahrtkosten für 6 Monate



#### Danny Verdam

Mobil: +49 (0) 176.96 58 57 70  
 danny.verdam@gesundeunternehmen.com

[www.gesundeunternehmen.com](http://www.gesundeunternehmen.com)

[www.welladventure.de](http://www.welladventure.de)

[www.danny-verdam.de](http://www.danny-verdam.de)

„Motivieren kann sich jeder nur selbst – ich erzähle Ihnen meine Geschichte, zeige Bilder und Filmabschnitte und Sie schauen und entscheiden für sich, was Sie mitnehmen.“

Danny Verdam