

HEALTH & MIND FESTIVAL

18.10.2023 - Festspielhaus Bregenz

www.healthandmindfestival.com

	MAINSTAGE	BUSINESS STAGE	HEALTH STAGE	MIND STAGE
09.00 - 09.10 Uhr	In my mind, in my head: Eröffnungsshow Showgruppe			08.30 - 08.45 Uhr Mindful Welcome: Morgen Meditation & Yoga Session Coming Soon
09.10 - 09.35 Uhr	Nordic Leadership: Glück als Parameter für Unternehmenserfolg Maike van den Boom			
09.35 - 10.00 Uhr	Superpower Brain: Entdecke die Superkräfte des Gehirns und nutze sie für deine Performance Marcus Täuber			
10.00 - 10.20 Uhr	Meditation als Gamechanger in der (Selbst-)Führung Maximilian Lehner	10.00 - 10.30 Uhr Psychische Entlastung und Unternehmenserfolg Sabine Monsberger		
10.20 - 10.45 Uhr	Upgrade yourself: Biohacking als Tool zur Potentialentfaltung Andreas Breiffeld	10.30 - 11.00 Uhr How to: Nordic Leadership Der Talk mit Maike van den Boom Maike van den Boom		
10.45 - 11.05 Uhr	Energize your life: Strategien für mehr Energie im Alltag und Business Andreas Breiffeld, Melanie Pesendorfer, Philipp Amann	11.00 - 11.30 Uhr Wellbeing Index in einer Wellbeing Culture - So machst du das Wellbeing von Organisationen messbar Reka Deak		
11.05 - 11.30 Uhr	Stärkenradar: Der Erfolgsfaktor für Teambuilding und Leadership Sebastian Wittmann	11.35 - 12.20 Uhr Biohacking for better Business Marco Grosch	11.35 - 12.20 Uhr High Performance durch besseren Schlaf Philipp Amann	11.00 - 11.45 Uhr Breathwork Live! Erlebe, wie dein eigener Atem die Basis für ALLES ist Maria Theresia Zetting
11.30 - 13.30 Uhr	Lunch, Refreshing & Workshop Time!	12.25 - 13.25 Uhr Stärkenlunch: Entdecke deine Stärken und lerne, diese bewusst am Arbeitsplatz einzusetzen. Sebastian Wittmann		11.50 - 12.35 Gut sein, wenns drauf an kommt: So schaffst du es, im richtigen Moment Spitzenleistungen zu erbringen Andreas Ployl
13.30 - 14.00 Uhr	All in: Das Mindset für Erfolg Felix Neureuther	13.30 - 14.15 Uhr Meditation als Business Opportunity: Was wir von Hirnforschern wissen Sophie Monitzer-Bremer		12.40 - 13.25 Uhr Change the Game & Drücke noch- mal auf Play - Wie wir lernen, zu spielen, anstatt zu kontrollieren Camelia Reinert-Buss
14.00 - 14.30 Uhr	Lead with emotion: Luxus oder Notwendigkeit? Bertram Strolz, Wilfried Hopfner und weitere Speakerinnen	14.20 - 15.05 Uhr Hidden Potential: Warum wir alle nach unseren Chronotypen arbeiten und leben sollten Melanie Pesendorfer		14.30 - 15.00 Uhr Boost your mind: Der Talk mit Felix Neureuther Felix Neureuther
14.30 - 15.00 Uhr	Working Culture vs. Wellbeing Culture: Neue Konzepte für die gesunde Vereinbarkeit der Arbeitswelt Reka Deak, Sabine Monsberger und weitere Speakerinnen	15.10 - 15.55 Uhr Positive Psychologie - 5 Hacks für High Performance im Team Eva-Maria Thurnher	15.00 - 15.45 Uhr Mind matters. Wie Gedanken unsere Realität formen Larissa Kranisch	15.05 - 15.35 Uhr 5 Tools für mehr innere Ruhe im Alltag Maria Theresia Zetting
15.00 - 15.30 Uhr	Refreshing Time!	16.00 - 16.25 Uhr Das ungenutzte Potenzial von Mindfulness in Unternehmen Elvira Häusler		16.30 - 17.00 Uhr Meditation - Manifestation - Motivation: Transformiere deine Festival-Inspirationen in Taten Andrea Holzer
15.30 - 15.55 Uhr	Change your mindset and make your mission possible Katharina Schneider			
15.55 - 16.20 Uhr	Mentale Stärke trainieren: The way to success Manuel Horeth			
Anschließend	Refreshing & Networking Time!			