

DEIN PROGRAMM

	MAINSTAGE
10.00 - 10.10 Uhr	Welcome vom Health & Mind Festival Team Verena Eugster, Patricia Zupan-Eugster
10.10 - 10.35 Uhr	Staying Mensch in an era of AI & uncertainty Ali Mahlodji
10.35 - 11.00 Uhr	Kindness Economy: Das neue Wirtschaftswunder Oona Horx-Strathern
11.00 - 11.20 Uhr	Upgrade yourself: Biohacking als Tool zur Potentialentfaltung Andreas Breitfeld
11.20 - 11.45 Uhr	Energize your life: Strategien für mehr Energie im Alltag und Business Andreas Breitfeld, Melanie Pesendorfer, Sandra Battocletti und Lukas Mayrl
11.45 - 12.05 Uhr	Stärkenradar: Der Erfolgsfaktor für Teambuilding und Leadership Sebastian Wittmann
12.05 - 12.30 Uhr	Leben im Grenzbereich: Grenzbereiche meistern durch Mentale Stärke Chris Redl
12.30 - 13.00 Uhr	Lunch & Refreshing
13.00 - 13.50 Uhr	Stärkenlunch: Entdecke deine Stärken und lerne, diese bewusst am Arbeitsplatz einzusetzen Sebastian Wittmann
13.50 - 14.00 Uhr	Gesunde 10 Minuten by Mavie Work
14.00 - 14.25 Uhr	Was sagt meine Epigenetik über mich aus? Dr. Stefan Wohrer
14.25 - 14.50 Uhr	Lead with emotion: Luxus oder Notwendigkeit? Anna Marton, Anna Obkircher, Matthias Pajek
14.50 - 15.15 Uhr	Superpower Brain: Entdecke die Superkräfte des Gehirns und nutze sie für deine Performance Marcus Täuber
15.15 - 15.30 Uhr	Refreshing Time
15.30 - 15.55 Uhr	Nordic Leadership: Glück als Parameter für Unternehmenserfolg Maïke van den Boom
15.55 - 16.20 Uhr	Mental Stärke im Business: Ein positives Mindset als Erfolgsfaktor für Transformation Katharina Schneider
16.20 - 16.45 Uhr	Mindset matters: Die größten Learnings über Erfolg, Transformation und die Kunst, neu zu starten Robert Kratky
16.45 - 17.10 Uhr	Mentale Stärke trainieren: The way to success Manuel Horeth
Anschließend	Refreshing & Networking Time!

HEALTH & MIND STAGE (MASTERCLASSES)*
09.30 - 09.50 Uhr Mindful Sunup: Energiegeladen in den Festivaltag Mirjam Cosima Bauer
10.15 - 11.00 Uhr Vision Breathing - Mehr visionäre Klarheit durch Breathwork Corrina Holzner
11.05 - 11.45 Uhr Gut sein, wenns drauf ankommt: So schaffst du es, im richtigen Moment Spitzenleistungen zu erbringen Andreas Ployl
11.50 - 12.30 Uhr Kalender voll, Batterien leer - wie wir unsere Stressfaktoren erkennen und reduzieren Charlyne Hochreiter-Götz und Barbara Veigl- Trouvain
Lunch & Refreshing
13.05 - 13.25 Uhr Mindful Lunch Break: Entspannen und den Geist klären Mirjam Cosima Bauer
13.30 - 13.55 Uhr Du bist der CEO deines Lebens: Entfesse dein Potenzial mit Human Design Patricia Leitgeb
14.00 - 14.30 Uhr Hidden Potential: The Power of good Sleep Melanie Pesendorfer
14.35 - 15.20 Uhr Positive Psychologie - 5 Hacks für High Performance im Team Eva-Maria Thurnher
15.25 - 15.55 Uhr Meditation als Business Opportunity: Was wir von Hirnforschern wissen Sophie Monitzer-Bremer
16.00 - 16.45 Uhr Mind full? Mindfulness für gesunde Teams, Potentialentfaltung und nachhaltiges Unternehmenswachstum Birgit Ruby
16.50 - 17.10 Uhr Mindful Sundown: Meditative Ruhe zum Tagesausklang Mirjam Cosima Bauer

RELAX AREA

11.30 - 12.00 Uhr
Bücher Signatur mit
Oona Horx-Strathern

13.15 - 13.45 Uhr
Meet & Greet mit
Chris Redl

15.30 - 16.00 Uhr
Meet & Greet mit
Marcus Täuber

EXPO

17.10 Uhr
Meet & Greet mit
Manuel Horeth

Unsere Themen:

- Business
- Health
- Mind

*Anmeldung erforderlich