



## Neue Ideen aus der Sporthalle

Laufen, Boxen, Schwimmen oder Yoga: Sport kann dem Unternehmer nicht nur als Ausgleich dienen. Die dort erlebte Anstrengung, die eigene Motivation und eiserne Selbstdisziplin stellen Parallelen her, die der clevere Sportsmann auch im Berufsleben anwenden kann. Der 14-fache Kickbox-Weltmeister Dominik Haselbeck erklärt, wie die Leidenschaft in der Sporthalle auf den Berufsalltag übergehen kann.

„Mit dem Kopf durch die Wand? Oder: Aufgeben gibt's nicht“, das ist das Motto von Dominik Haselbeck, 14-facher Kickbox-Weltmeister und Unternehmer: Seine Erfahrungen aus dem Ring überträgt er als Motivations- und Mentaltrainer auf den Unternehmeralltag. Denn Dominik Haselbeck sagt: „Es gibt nirgends so viele Parallelen wie zwischen Profisport und Beruf.“

### Der Unternehmer als Profisportler

Haselbeck ist sich sicher, dass in jedem Unternehmer ein Profisportler steckt. „Für beide gilt: Aufgeben gibt's nicht!“ Die deutlichsten Parallelen sieht der Kickbox-Profi in den Bereichen Teamwork, Respekt und Fairness sowie in der Zielsetzung, aber auch die Fähigkeit, mit Rückschlägen umgehen zu können. „Diese Punkte lassen sich ganz einfach auf den Unternehmer und seinen Alltag übertragen“, so Haselbeck.

### Teamwork:

Wer glaubt, Kickboxen sei ein Einzelsport, der irrt: „Im Ring und in der Trainingsphase wäre ich nichts ohne mein Team: Mein Trainer, mein Mentalcoach und auch meine Fans“, erklärt Haselbeck. Im Betrieb sei dies

nicht anders: Kein Selbständiger könne dauerhaft erfolgreich sein, ohne ein gut funktionierendes Team aus Kunden und Mitarbeitern. Was im Sport eindeutig sichtbar wird – entweder das Training schlägt an oder nicht – geht im stressigen Unternehmeralltag manchmal unter. „Nicht zu vergessen ist auch das Netzwerk“, betont der „niederbayerische Stier“.

### Respekt und Fairness:

„Sicher, im Boxen geht es auf den ersten Blick brutal zu – da würde man vielleicht nicht sofort an Fairness oder Respekt denken“. Aber: Es gelte ein klar definiertes Regelwerk, welches man nicht zuletzt auch aus Respekt vor seinem Gegner einhalte, so Haselbeck. „Im Kampf um den besten Kunden sollte man dieses Regelwerk immer im Hinterkopf behalten.“ Was im Sport die Regeln, seien im Unternehmertum die Werte.

### Ziele setzen:

Unabhängig davon, wie begabt der Sportler in der Halle ist oder welche zündende Idee der Unternehmer vor einigen Jahre hatte: Leistungen und Erfolge stagnieren, wenn es keine neuen Impulse gibt. „Neues passiert nur, wenn man sich Ziele setzt – und zwar kontinuierlich!“ Dominik Haselbeck rät jedem Selbständigen oder Sportler, sich regelmäßig neue, realistische Ziele zu setzen. „Das lässt sich auf jeden Bereich des Lebens übertragen: Bei Problemen sollte man an das Ziel denken, das man erreichen will, um sich zu motivieren weiter zu machen. Das ist das Geheimnis des Erfolgs: Sich immer wieder zu motivieren, sich neue Ziele zu setzen, sich zu verbessern, sich zu vergrößern.“

Jaqueline Bettels