Spitzenleistung … beginnt bei einem selbst.

Fotos Ingo Peters





„Ich versuche, Führungskräfte zu befähigen, sich selbst verantwortungsvoll und bewusst zu führen. Denn nur dann kann ich andere Mitarbeiter führen.“

Tom Frobel



Wer an Spitzensport denkt, sieht oft nur den Wettkampf. Was meist verborgen bleibt, ist das Team dahinter: Trainer, Sportmediziner, Physiotherapeuten, Mentalcoaches. Menschen, die dafür sorgen, dass Höchstleistung überhaupt möglich wird.

Doch wer begleitet diejenigen, die täglich Unternehmen führen, Verantwortung tragen und für andere Entscheidungen treffen?

Diese Frage beschäftigt Thomas Frobel seit vielen Jahren. Nach seiner aktiven Zeit im Leistungssport und seiner Tätigkeit als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Olympiastützpunkt Tauberbischofsheim verwirklichte er 1998 seinen Traum und gründete in Würzburg PREDIA – ein Name, der Programm ist: PREvention und DIAgnostic bilden bis heute die beiden tragenden Säulen seines interdisziplinären Konzepts zur Wiederherstellung, Erhaltung und Steigerung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

Was Spitzensportler selbstverständlich nutzen, überträgt Thomas Frobel auf Unternehmer und Führungskräfte. Sein Ansatz: Wer andere führen möchte, muss zunächst lernen, sich selbst bewusst und verantwortungsvoll zu führen.

Gemeinsam mit seinem interdisziplinären Team betrachtet PREDIA den Menschen niemals eindimensional. Wissenschaftlich fundierte Diagnostik bildet das Fundament – ergänzt durch umfassende medizinische Untersuchungen wie Blutanalysen, Sonografie oder Lungenfunktionsdiagnostik. Auf dieser Basis entstehen individuelle Strategien für körperliche und mentale Leistungsfähigkeit. Atmung, Regeneration, Belastbarkeit, Resilienz und ein bewusster Umgang mit den eigenen Ressourcen werden dabei ebenso berücksichtigt wie die Anforderungen des beruflichen Alltags.

Statt kurzfristiger Lösungen geht es Thomas Frobel und seinem Team um nachhaltige Entwicklung. Ziel ist es, Führungskräfte mit dem Wissen und den Werkzeugen auszustatten, ihre Gesundheit ebenso professionell zu managen wie ihren unternehmerischen Erfolg. Denn eines hat ihn der Spitzensport gelehrt: Höchstleistung entsteht nicht zufällig – sie ist das Ergebnis eines Systems, das den Menschen in den Mittelpunkt stellt.

PREDIA
Sport und Gesundheitszentrum

www.predia.com

Schweinfurter Str. 7
97080 Würzburg

T: +49 (931) 80 496-0
info@predia.com

SCANNEN FÜR MEHR INFOS