

# Ramona Kühne

Ramona Kühne ist die erfolgreichste deutsche Boxerin aller Zeiten. Sie ist 13-fache Boxweltmeisterin im Superfedergewicht der Verbände WBO/WIBF/WBF und International Champion der WBA im Leichtgewicht. Ramona Kühne ist seit über 27 Jahren als Amateur- und Profisportlerin aktiv. Ihr Profidebüt gab sie am 21.04.2006 und kann seitdem auf eine sehr erfolgreiche Boxkarriere zurückblicken. Ramona Kühne ist auch außerhalb des Rings eine starke Persönlichkeit und gern gesehener Gast bei unzähligen Fernsehformaten und Sendern wie RBB, Sat. 1, MDR, RTL, ProSieben u. a. Ramona Kühnes starker Wille und ihre Fähigkeit, über Grenzen zu gehen, spiegeln sich auch in ihren Vorträgen als Keynote Speakerin und Rednerin wider. Namhafte Unternehmen, Verbände und Gesellschaften wie z. B. die AOK schätzen ihre sehr unterhaltsame und lebendige Art und Weise. Ramona schafft es, ihre Erfahrungen aus dem Boxing und aus ihrer faszinierenden Sportlerkarriere, als Ernährungsberaterin und Personaltrainerin in das Hier und Jetzt des Business zu transportieren und regt Mitarbeiter und Führungskräfte mit ihren Impulsen zum Nachdenken an.

**„Rückschläge sind keine Niederschläge“**



## THEMEN

### + Die 5 Schlüssel für Ihren persönlichen Erfolg

- Auf ihrem Weg zu den vielen Weltmeisterschaftstiteln hat Ramona Kühne ihre Erfahrungen und Erkenntnisse in 5 Schlüsselthemen gegliedert. Sie vermittelt dem Publikum 5 Sichtweisen, Einstellungen und Methoden für ein erfolgreicherer Agieren.

### + Wie gehe ich mit Niederlagen um?

- Gerade im Boxsport liegen Sieg und Niederlage oft dicht beieinander. Ramona Kühne hat stets Schlüsse aus Niederlagen gezogen und diese für künftige Siege zu verwenden gewusst. Analytisches Denken und zielorientiertes Handeln sind die Grundlagen des Erfolges. Nur wer sich mit einer Niederlage auseinandersetzt, kann Weltmeister werden oder geschäftlichen Erfolg haben.

### + Wie motiviere ich mich selbst?

- Eine der meistgestellten Fragen an Ramona Kühne lautet: „Wie schaffen Sie das?“ Die Antwort darauf und was das Geheimnis der Selbstmotivation ist, gibt sie in Form nachvollziehbarer und anschaulicher eigener Beispiele, die in jeder Lebenslage vom Zuhörer umgesetzt werden können.

### + Wie überwinde ich Hürden, Hindernisse und Grenzen?

- In jeder Karriere stellen sich uns Hindernisse in den Weg. Ramona Kühne zeigt auf beeindruckende Art und Weise, wie man diese mit der richtigen Einstellung, Talent, Willen und Ausdauer aus dem Weg räumt.

### + Ziele stecken, Ziele erreichen

- „Man könnte“, „man sollte“ sind Floskeln, die bei Ramona Kühne nicht greifen. Sie setzt Ziele, kämpft für diese und erreicht diese, auch wenn der Weg zum Sieg vielleicht mal schwerfällt. Ramona zeigt mit Temperament und Power dem Zuschauer, dass auch ferne oder schwer erreichbare Ziele für jedermann erreichbar sind.

## REFERENZEN & PRESSE

### Als Profiboxerin:

- Aktuell 30 Kämpfe, 29 Siege
- Weltmeisterin im Superfedergewicht nach Version der WBO/WIBF/WBF
- International Champion im Leichtgewicht der WBA

### Als Amateurin:

- Boxen: intern. Deutsche Meisterin 2005
- Nordwestdeutsche Meisterin 2005

### Kickboxen:

- 51 Kämpfe, 46 Siege
- Mehrfache Deutsche Meisterin und intern. Deutsche Meisterin

### Ju-Jitsu:

- mehrfache Deutsche Meisterin
- Bronzeweltmeisterschaft 2000 in Schweden

## INSPIRATION

„In meiner sportlichen Karriere waren es oft andere Spitzensportler wie Manny Pacquiao und Gennady Golovkin, die mich durch ihre Leistungen motiviert und inspiriert haben. Selbst meine schweren Verletzungen hielten mich nicht davon ab, meinen Willen durchzusetzen und wieder aufzustehen. Meinen Zuhörern die extreme Motivation und den Mut nicht aufzugeben zu vermitteln, ist mein Ziel.“

## ONLINE KURSE / VORTRÄGE



Sie wollen den Experten online erleben? Jetzt QR-Code scannen und Thema und Format wählen!



## HONORARE / REISEKOSTEN / SPRACHEN

<b>Impulsvortrag</b>	Honorargruppe E
<b>Tagessatz</b>	Honorargruppe E
<b>Reisekosten</b>	Berlin
<b>Vortragssprachen</b>	

## LIVE BOOKING



## MEDIEN & EMPFEHLUNG

