



Matthias Steiner

Matthias Steiner, „Stärkster Mann der Welt 2008–2012“, Olympiasieger, Welt- und Europameister im Gewichtheben, heute erfolgreicher Unternehmer im Ernährungs- und Fitnessbereich, Gründer der STEINERfood GmbH sowie Autor und Motivationsredner. Der gebürtige Wiener wechselte nach Verbandsquerelen die Staatsbürgerschaft und trat 2008 bei den Olympischen Spielen in Peking für Deutschland an. Mit 461 Kilo im Olympischen Zweikampf gewinnt er Gold und schreibt damit Geschichte. Doch der Weg dorthin ist kein einfacher: Mit 18 Jahren wird bei dem Sportler Diabetes Typ 1 diagnostiziert. Trotzdem schafft er es, zu den weltbesten Gewichthebern zu gehören. 2013 steigt Steiner aus dem Profisport aus und nimmt 45 Kilo ab. Ihm gelingt der Sprung vom Profisportler zum Unternehmer. Als Ernährungsexperte schreibt er zwei Bestseller („Das Steiner Prinzip“) und gründet 2020 die STEINERfood GmbH, die Low-Carb-Lebensmittel für den gesunden Alltag entwickelt und vertreibt. Er versteht es, sich immer wieder neu zu motivieren und Dinge voranzutreiben, denn: „Grenzen gibt es nur im Kopf“.

„Grenzen gibt es nur im Kopf!“

THEMEN

+ Reißen, Stoßen, Kämpfen – Mein harter Weg an die Spitze

- Matthias Steiner, ein Mann, der nie liegen bleibt, sondern immer wieder aufsteht. Er ist Experte für Selbstmotivation und Fokussierung auf ein Ziel. Grundlage seines Vortrages ist sein Olympiasieg 2008 in Peking.
- Er referiert darüber, wie er sich trotz vieler Hürden immer wieder motiviert, an seinem Ziel festzuhalten, wie er mit neuen Herausforderungen umgeht und wie er es schließlich schafft, sein Ziel umzusetzen.
- Matthias Steiner versteht es, diese Erlebnisse und Erfahrungen aus seiner sportlichen Karriere in einen engen Zusammenhang mit den Anforderungen des modernen Berufslebens zu bringen. Dabei motiviert er zum konsequenten Abrufen des eigenen Potenzials.

+ Das Steiner Prinzip – Vom Schwergewicht zum Wohfühl-Ich

Als Olympiasieger wog Matthias 150 kg, um sich in der Gewichtsklasse Superschwer gegen die Weltelite durchsetzen zu können. Nach seiner Profisportkarriere brauchte er dieses „Arbeits“-Gewicht nicht mehr und so nahm er innerhalb eines Jahres 45 kg ab. Für viele Menschen war dies ein bewundernswerter, weil schwer erreichbarer Schritt. Noch unvorstellbarer ist für viele aber die Tatsache, dass Matthias dieses Gewicht seither hält. „Es ist nicht schwer“, hält Matthias dagegen, „du musst nur wissen, wie dein Stoffwechsel funktioniert, welche Lebensmittel für dich gut sind und welche nicht, welche Art von Bewegung für dich geeignet ist, dann kann jeder sein Wohlfühlgewicht erreichen und sich im Alltag wieder fit fühlen.“ In mehr als 70 Vorträgen, die eine Art Lesung mit Unterhaltungsshow-Elementen sind, begeisterte er bereits das Publikum. Auch Krankenkassen und Großunternehmen, im Rahmen deren betrieblichen Gesundheitsmanagements, buchen den Ernährungs- und Fitnessexperten, um ihren Kunden und Mitarbeitern auf charmante Art einen bewussteren Lebensstil zu vermitteln.

REFERENZEN & PRESSE

AOK Nordwest – die Gesundheitskasse, AstraZeneca GmbH, AXA Versicherung, BASF SE, Daimler AG, Deutsche Fußball Liga GmbH, Deutscher Sparkassen- und Giroverband e. V., Grünenthal Pharma GmbH, MPC Capital AG, REWE Markt GmbH, Roche Diabetes Care Deutschland GmbH, TSG 1899 Hoffenheim, Tupperware Deutschland, VR Bank Biedenkopf-Gladenbach eG, Wacker Chemie AG u. v. m.

„Der Vortrag von Matthias Steiner im Rahmen einer Mitarbeiterveranstaltung der DFL hat alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer nachhaltig beeindruckt. Seine sehr persönlichen Erfahrungen und lebhaften Schilderungen, wie Eigenantrieb und Fokussierung, aber auch der Umgang mit Niederlagen und Rückschlägen eine Karriere prägen können, lassen keinen kalt. Über Motivation und Wille reden viele. Aber er wurde dadurch zum Olympiasieger.“

C. Seifert, GF Deutsche Fußball Liga DFL

„Sie haben gestern einen tollen Vortrag gehalten. Dafür gab es zu Recht von den geladenen 1.200 Gästen den größten Applaus der letzten Jahre. In besonderer Weise hat uns ihr empathischer Vortragstil gefallen. Sie hatten den ganzen Saal auf Ihrer Seite. Sozusagen „Note 1 mit Sternchen“. Schön war auch, dass Sie so nah bei den Menschen waren und noch lange nach dem Vortrag für Autogramme und Bilder zur Verfügung standen. Hierfür noch ein extra Dankeschön!“ **VR Bank Biedenkopf-Gladenbach eG**

HONORARE / REISEKOSTEN / SPRACHEN

Impulsvortrag	Auf Anfrage
Tagessatz	Auf Anfrage
Reisekosten	Heidelberg
Vortragssprachen	

ONLINE-PROFIL



MEDIEN & EMPFEHLUNG



Das Steiner Prinzip – Dein 12-Wochen-Plan
ISBN: 978-3517096063
19,99 €



Das Steiner Prinzip
ISBN: 978-3517094212
17,00 €