

FALKO KRISMAYR

Keynote-
Speaker





**"Es geht darum, die
Äthleten und
Partner so stark zu
machen, dass sie
mich nicht mehr
brauchen."**

FALKO KRISMAYR





EQ OLOGY

Rapha.



JUMP UP!

If you jump! I make you fly.

Speaker, Sportler und Networkmarketing-Experte mit über 20 Jahren Erfahrung. Mit viel Passion zum Sport und Erfolg hat Falko Krismayr nach seiner aktiven Profi-Karriere als Skispringer den Sprung in die eigene Selbstständigkeit gewagt und seine Idee von einem freien, selbstbestimmten Leben zum Fliegen gebracht.

MOTIVATION

Der jugendliche Leichtsinn ist mir dazwischen gekommen. Ich habe nach dem größten Erfolg vergessen neue Ziele zu setzen. Dann war der Antrieb weg.

Gerade als Sportler musst du jeden Tag deinen Schweinehund überwinden und motiviert bleiben. Als Trainer profitiert man sehr, wenn man selbst jahrelang in dieser Situation war.





LIMONADE
WEIN / BIER / WITTEB
SPIRITUOSE
TAGE
FLAMMIGER
1-10.00 €

**"Growth happens
in the breaks."**

FALKO KRISMAYR





ROUTINEN

Routinen verändern Leben. Ganz bewusste Routinen sind wichtig, um ein bestimmtes Ergebnis zu erzielen. Oftmals sind wir uns gar nicht klar, was wir sowieso schon routiniert machen. Will man gezielt Erfolg haben, ist der erste Schritt, die eigenen Routinen zu hinterfragen.

Wiederholungen,
Routinen, Konsequenz.
Das ist der Schlüssel zu
nachhaltigem Erfolg.

NUTRITION

Früher war alles anders. Aber nicht immer besser. Nutrition ist inzwischen ein wichtiger Baustein der Trainingslehre im Sport. Es ist wichtig über Ernährung rund ums Training zu sprechen.

Ziel ist immer: Balance, Recovery und das Bestmögliche für den Körper.



"The rules are the rules. Just wanting to change the rules is the wrong way. You have to work on your weak points."

FALKO KRISMAYR





Keynotes

Mit System zum Ziel - Die Strategie

Top Level Nutrition -
Ernährung als Prävention von Burnout
und Übertraining

Leadership - Was ist das?

TECHNIK

Leistungsstarker Beamer
mit HDMI-Anschluss

Leinwand, Screen

*PC-Audio-Verbindung
vom Laptop zur
Tonanlage zum
Abspielen von Videos

Laptop wird von Falko
Krismayr mitgebracht

DEAL

Alle Vorträge sind in
deutscher und englischer
Sprache buchbar. Preis
für Impulsvorträge
verhandelbar.

Reise- und Hotelkosten
werden extra verrechnet.
Die Reisekosten können
nach Vereinbarung auch
pauschalisiert werden.

Jump Up!

FALKO KRISMAYR
MICHAEL-GAISMIR-STRASSE 121B
6410 TELFS
OFFICE@FALKO-KRISMAYR.COM
+43 664 8152900

WWW.FALKO-KRISMAYR.COM

