



In Wien sperrt demnächst der erste Boxklub für Manager und andere Gestresste auf Schlagabtausch einmal anders

■ Selbsterfahrung im Ring für Führungskräfte.

■ Boxen weg vom „Hinterhof-Image“.

Wien. (med) Über glühende Kohlen laufen, im Hochseilgarten balancieren, sich rücklings in die Arme der Kollegen fallen lassen, beim Lagerfeuer drauflos brüllen - die Liste der ungewöhnlichen bis kuriosen Motivationstrainings, Coachings und Seminare für Führungskräfte ist lang.

Wer schon alle Workshops, die Stressabbau und Harmonie versprechen, probiert hat, kann jetzt zu härteren Bandagen greifen: Dieser Tage eröffnet in Wien der erste Manager-Boxklub. Zweimal pro Woche sollen hier im Job geforderte Führungskräfte oder andere Personen, die unter starkem Stress stehen, zum Schlagabtausch zusammen kommen, erklärt Initiator Hannes Woschner.

Frauen und Männer ab 25, die keine Angst vor blauen Augen haben, können in einem Boxklub in Ottakring unter Trainer-Anleitung den gepflegten Zweikampf üben. Die Kosten dafür belaufen sich auf 99 Euro pro Monat. Für die Einschreibgebühr von 149 Euro bekommt man auch ein Start-Paket mit der nötigen Ausrüstung wie Box-Handschuhen und Springseil. Partner Woschners bei der Führung des Boxklubs ist Daniel Nader, selbst ehemaliger Wettkampfboxer.

Durch das Boxtraining sei man auf den Schlagabtausch im Büro besser vorbereitet und könne sogar generell besser mit Konflik-

ten umgehen, weil es um die Auseinandersetzung mit sich selbst gehe, glaubt Woschner, der als Seminarranbieter und Personal Trainer arbeitet.

„Nirgends wird man mehr gefordert, nirgends schult man so intensiv das Selbstbewusstsein und nirgends erkennt man sein wahres Ich so sehr wie im Boxring“, so Woschner. Deshalb sei dieser Sport gerade für Führungskräfte so gut geeignet. Das Boxen sei in der letzten Zeit weggekommen vom negativen „Hinterhof-Image“, nun stünden Persönlichkeitsentwicklung und Stressabbau bei den Praktizierenden im Vordergrund.

Boxen und dinieren

Die Idee für Kampfsport für Führungskräfte ist indes nicht neu. Sie stammt - wenig überraschend - aus den Vereinigten Staaten und schwappte in den 1990ern als „White Collar Boxing“ nach Großbritannien über, um später in Kontinentaleuropa Fuß zu fassen.

Für Weiterentwicklung seiner Idee ist Woschner offen. Wenn sich das Manager-Boxen etabliert, könnte es nicht nur beim Training in den Räumlichkeiten des Fitness-Centers bleiben, hofft er.

Sein Traum: Dinner-Box-Veranstaltungen im gehobenen Rahmen nach amerikanischer Manier. Dabei steigen zwei Manager, „die ihr Können einmal beweisen wollen“, im Rahmen eines gediegenen Abendessens in den Ring. ■

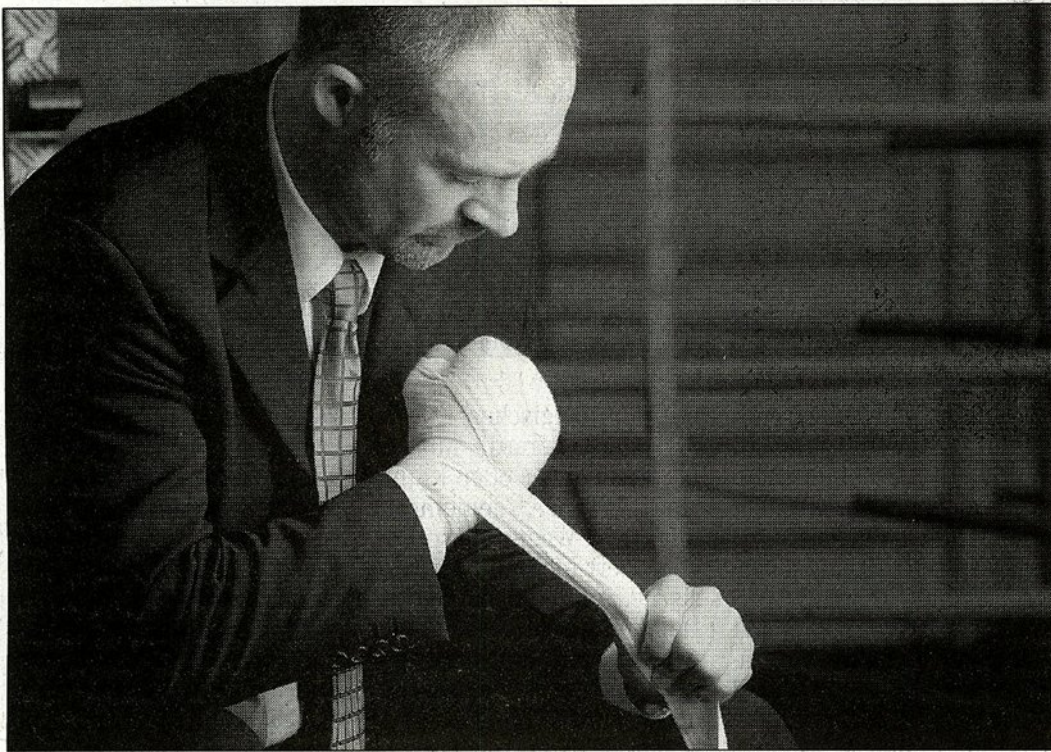
MANAGEMENT -

RECHT - VERWALTUNG

Die Seite der „Wiener Zeitung“ mit beruflich relevanten Informationen für alle, die in Wirtschaft, Verwaltung oder Justiz tätig sind.

mrv@wienerzeitung.at

Die Seite „Management - Recht - Verwaltung“ erscheint das nächste Mal am Freitag in der „Wiener Zeitung“.



Bitte zum Kampf, Herr Direktor – Boxen soll Manager von Stress befreien. Foto: Rosenberger