

KATHARINA BAUER

SPEAKERIN | BESTSELLERAUTORIN |
BOTSCHAFTERIN FÜR HERZGESUNDHEIT



IN PERSON



- ✓ ehemalige Stabhochspringerin
- ✓ Über zwei Jahrzehnte war sie Teil der deutschen Leichtathletik-Nationalmannschaft – trotz einer lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörung, die ihr Leben prägte. Seit 2018 trägt sie einen implantierten Defibrillator (S-ICD) – und schrieb damit als erste Athletin weltweit Sportgeschichte: Sie nahm mit Defi an Europa- und Weltmeisterschaften teil
- ✓ SPIEGEL-Bestsellerautorin





KATHARINA BESCHRIEBEN IN 15 BEGRIFFLICHKEITEN:

Ehemalige Stabhochspringerin | Speakerin |
 Spiegel-Bestsellerautorin | Botschafterin für Herzgesundheit |
 Yogaretreat-Leiterin | Brückenbauerin zwischen Leistung &
 Gesundheit | Mental Health Coachin | Reiseliebhaberin |
 Networkerin | Mutmacherin | Naturliebhaberin | Familienmensch |
 Serienjunkie | Lachkanone | Kulinarische Feinschmeckerin





IMPRESSIONEN



Katharina Bauer – Leistungssportlerin, Speakerin & Mutmacherin mit Herz

Katharina Bauer ist ehemalige Stabhochspringerin, Speakerin, Autorin und Expertin für mentale Stärke und Resilienz. Über zwei Jahrzehnte war sie Teil der deutschen Leichtathletik-Nationalmannschaft – trotz einer lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörung, die ihr Leben prägte. Seit 2018 trägt sie einen implantierten Defibrillator (S-ICD) – und schrieb damit als erste Athletin weltweit Sportgeschichte: Sie nahm mit Defi an Europa- und Weltmeisterschaften teil.

Nach dem Ende ihrer aktiven Sportkarriere widmet sich Katharina heute der Aufklärungsarbeit rund um Herzgesundheit, mentaler Stärke und dem Mut, seinen eigenen Weg zu gehen. In ihren Vorträgen verbindet sie persönliche Tiefe mit inspirierender Klarheit – und zeigt, wie man Rückschläge in Wachstum verwandeln kann.

Als Yogaliebhaberin leitet sie mit ihrer Co-Autorin Retreats und gibt Impulse zu Achtsamkeit und Selbstführung. Sie ist Markenbotschafterin für Boston Scientific, sowie 1. Vorsitzende des Bundesverbands Defibrillator (ICD) Deutschland e.V.

Katharina Bauer steht für ein Leben mit Herz – mutig, kraftvoll und authentisch.



KEYNOTE

“Mit innerer Stärke führen, wenn das Leben nicht nach Plan verläuft”

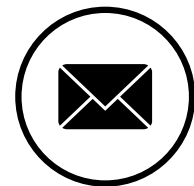
Der Vortrag von Katharina Bauer ist weit mehr als eine sportliche Erfolgsstory. Es ist eine authentische, bewegende Reise durch Rückschläge, Neuanfänge und den unbedingten Willen, über sich hinauszuwachsen – trotz existenzieller Herausforderungen.

Als Stabhochspringerin auf Weltklasseniveau steht Katharina plötzlich vor einer Diagnose, die alles infrage stellt: schwere Herzrhythmusstörungen. Die Entscheidung für einen implantierten Defibrillator (S-ICD) wird zum Wendepunkt – persönlich wie beruflich. Und doch schafft sie das Comeback. Auf ihre Weise. Mit neuer Klarheit.

In ihrem Vortrag spricht sie offen über Angst, Unsicherheit und Grenzen – aber vor allem über mentale Stärke, Selbstführung und den Mut, Verantwortung zu übernehmen, wenn es wirklich darauf ankommt.

Katharina Bauer inspiriert mit einer Botschaft, die gerade Führungskräfte heute brauchen: Echte Stärke beginnt innen. Und Leadership bedeutet, auch unter Druck handlungsfähig, achtsam und klar zu bleiben.

ZU BUCHEN FÜR:



**Kontakt@deutsche-akademie-fuer-
fuehrungskraefte.de**



**www.deutsche-akademie-fuer-
fuehrungskraefte.de**



0151-21235023



KEYNOTES

PANEL- DISKUSSIONEN

MODERATION

INTERAKTIVE LESUNGEN

