



		Begrüßung mit Mag. Gerhard Koller
13:00 - 14:50	Block 1	Keynote: „Self Care – Ernährung, Bewegung und mentale Fitness zum gesunden Selbst“ Viktoria Schnaderbeck ehem. Profi-Fußballerin
		Keynote: „Top-Manager:in im Leben – Wie schaffe ich die Work-Life-Balance?“ Robert Nagele Vorstand Billa Immobilien und Autor
		Interviews & Pause
15:10 - 16:25	Block 2	Keynote: „Low-Impact-Training und Gesundheitssport und Ernährung für den Alltag “ Dr. Robert Fritz Sport- und Ernährungswissenschaftler Sportordination Wien
		Keynote: „Die Müdigkeitsgesellschaft – Resilienz und Umgang Stress & Herausforderungen“ Dr. Georg Psota Chefarzt der Psychosozialen Dienste Wien
		Interviews & Pause
16:40 – 18:00	Block 3	„WELTMEISTER-STUDIE – AUF DER SUCH NACH DER ERFOLGSFORMEL “ Dr. Andreas Heralic
		Podiumsdiskussion: „Self Care Routinen gegen Überforderung und Stress“ mit Renate Anderl, Dr. Georg Psota, Viki Schnaderbeck, Doris Wendler, Thomas Kattinig, Robert Nagele, Thomas Pichlmann

Partner:

