

Julia Steiner

Der Rennrad-Flow

Warum Rennradfahrer die
erfolgreicheren Manager sind



Julia Steiner
Der Rennrad-Flow



© Julia Steiner

Die bedeutendsten Rennrad-Erfahrungen inspirierend
als Rad(t)geber zusammengefasst

Julia Steiner

Der Rennrad-Flow

Warum Rennradfahrer
die erfolgreicheren Manager sind

UVK Verlagsgesellschaft mbH • Konstanz
mit UVK/Lucius • München

Die Autorin: Den Speed für ihre Vertriebs-Karriere nahm die Diplom-Kauffrau **Julia Steiner** direkt nach ihrem internationalen BWL-Studium auf. Schon früh verknüpfte die ambitionierte Läuferin den Leistungssport mit ihrem beruflichen Alltag und blickt auf eine mehr als zehnjährige Vertriebskarriere in internationalen Konsumgüterkonzernen zurück. Die diplomierte Trainerin und Dozentin für Sales Management überträgt diesen Flow heute auf die Wissensvermittlung und verantwortet als Director Global Training den Aufbau von internationalen Trainingsakademien, um den Kompetenzaufbau für den strategischen, operativen und kulturellen Unternehmenswandel über alle Vertriebsmitarbeiter voranzutreiben. Einen mitreißenden Spirit verleiht die Buchautorin ihren Trainings durch ihre intensiven Rennraderfahrungen, die sie im engen Austausch mit Führungskräften und Rennradenthusiasten nachvollziehbar mit den wichtigsten Business-Insights verknüpft.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-86764-786-1 (Print)

ISBN 978-3-7398-0271-8 (EPUB)

ISBN 978-3-7398-0272-5 (EPDF)

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

© UVK Verlagsgesellschaft mbH, Konstanz und München 2017

Einbandgestaltung: Susanne Fuellhaas, Konstanz

Einbandmotiv: iStockphoto, mediaphotos

Printed in Germany

UVK Verlagsgesellschaft mbH

Schützenstr. 24 • 78462 Konstanz

Tel. 07531-9053-0 • Fax 07531-9053-98

www.uvk.de

Prolog

Gerne würde ich Sie von Anfang an mit meiner Rennradleidenschaft fesseln, die schon seit Kindheitstagen in mir verankert ist. Es tut mir leid. Ich muss Sie enttäuschen. Ich war über Jahrzehnte immer ein begeisterter Läufer. Das Rennradfahren habe ich nur aus einem Grund für mich entdeckt: Der jugendliche Leichtathletik-Leistungssport machte mir einen finalen Strich durch die Rechnung. Auf den Kreuzbandriss folgten Meniskusarisse, die meine freizeitleiche Laufkarriere für immer beenden sollten. Für jeden unter uns, der die sportliche Aktivität als integralen Bestandteil seines Lebens sieht, löst diese Nachricht augenblicklich hektische Flecken aus. „Gehen Sie doch schwimmen oder fahren Sie Fahrrad“ empfahl mir mein Orthopäde. Ich entschied mich für das Fahrradfahren. Gesagt, getan. Schon ein paar Tage später hatte ich mir ein Carbon-Rennrad mit trendiger Profi-Vollausrüstung zugelegt. Wenn, dann auch richtig, bestätigte ich mir. Meinen ersten Ritt genoss ich bei minus zwei Grad Kälte im Januar. Der Wind blies mir wie tausend Nadelstiche ins Gesicht und das Ausklicken der Cleats an der Ampel meisterte ich so „bravourös“, dass es mich direkt zu Fall brachte. Trotz dieser anfänglichen Hürden fesselte mich das Rennradfahren sofort. Das „Ganz-bei-mir-selbst-Gefühl“ im stillen Zweikampf hatte ich noch nie zuvor so intensiv erlebt.

Je häufiger ich mich schwierigen Situationen stellte, desto öfter stieg ich aufs Rad. Je mehr Rennradfahrer ich kennenlernte, desto bewusster wurde mir, dass dieser Sport alle Berufstätigen vom Praktikanten bis zum Vorstand vereint. Der stets selbsterzeugte Speed, mit dem man sich seinen eigenen Grenzen nahebringt, aber auch das blinde Vertrauen, wenn man im Rudel fährt und sich vollkommen auf ein neues Team verlässt, machen das Rennradfahren so einmalig. Jeder fährt seinen persönlichen Ritt. Oben am Berg wird aufeinander gewartet. Und dann wieder gestärkt mit freiem Kopf in neue Herausforderungen gestartet.

Warum sollten sich diese intensiven Rennrad-Erlebnisse nur auf die Feierabend-, Wochenend-, oder Urlaubsausfahrten beschränken? Können wir nicht eine Vielzahl der Erfahrungen, die wir auf dem Rennrad erleben, eins zu eins auf Business-Situationen übertragen? Und würden wir nicht konsistentere Entscheidungen für uns und unsere Unternehmen treffen, wenn wir in jeder Business-Situation das gleiche „Ganz-bei-uns-selbst-Gefühl“ wie auf dem Rennrad hätten? Auf Ihrer Route, sich diese Fragen zu beantworten, soll mein Rad(t)geber „Der Rennrad-Flow“ Wegweiser, Hilfestellung und Inspiration sein.

Mein persönlicher Wegbegleiter Dr. med. Jörg-Peter Schröder inspirierte mich, meine Rennraderlebnisse in diesem Buch festzuhalten und für das Business nutzbar zu machen. In den folgenden Kapiteln konzentriere ich mich auf die bedeutendsten Rennradsituationen, die ich facettenreich aus meiner Erlebnisperspektive beschreibe. Jedes Kapitel basiert auf dem langjährigen

Erfahrungsaustausch mit internationalen Führungskräften und Rennradenthusiasten, die mich in der Übertragung der wichtigsten Handlungsempfehlungen auf das Business-Leben tatkräftig unterstützt haben. Stellvertretend beschreiben ausgewählte Rennradliebhaber die wertvollsten Learnings aus Guide-, Manager- und Business-Trainer-Perspektive und lassen ihren ganz persönlichen Rennrad-Flow einfließen. Das Nachwort bzw. der Epilog von Herrn Dr. Schröder rundet abschließend die Standortbestimmung zu Ihrem ganz persönlichen Frequenzwechsel ab.

Lassen Sie sich inspirieren, sich häufiger gedanklich aufs Rad zu setzen und den Speed für Ihr eigenes Leben in die Hand zu nehmen.

Ich wünsche Ihnen ein intensives Lese-Gefühl!

Ihre Julia Steiner

Inhalt

Prolog.....	5
Inhalt.....	9
1 Kontrolle abgeben. Loslassen.....	11
2 Der volle Fokus auf nur eine Sache.....	17
3 Auf dem Rennrad sind alle gleich.....	23
4 Der eigene Flow.....	29
5 In der Kraft bleiben.....	35
6 Das Peloton-Gefühl in der Gruppe.....	41
7 Die Balance finden.....	47
8 Vom Champion zum Nachzügler.....	53
9 Spaß an der Challenge.....	59
10 Der selbsterzeugte Speed.....	65
11 Die wichtigsten Handlungsempfehlungen aus der Perspektive des Rennrad-Guides.....	71
12 Die wichtigsten Handlungsempfehlungen aus der Perspektive des Managers.....	81
13 Die wichtigsten Handlungsempfehlungen aus der Perspektive des Business-Trainers.....	91
14 Epilog: Was wirklich zählt.....	101
Danksagung.....	103