

Resilience is a system. Performance is a routine.



Sascha Brandstötter ist Keynote Speaker aus der Praxis: Unternehmer, Ultraläufer, dreifacher Vater.

Nach Alkohol- und Burnout-Erfahrung zeigt er, wie echte Transformation aus innerer Klarheit entsteht – es beginnt in dir.

Seine Formel:
Resilienz ist ein System,
High Performance eine Routine –
wenn du dein Warum kennst und
gewohnheitsorientiert statt
zielorientiert handelst.

Mit klaren, umsetzbaren Impulsen
macht er Stärke nachhaltig – für
Menschen, Teams und Unternehmen.

Clarity → Action → Momentum.

www.mindfulmoves.eu



WOFÜR STEHT SASCHA



Echtheit statt Hochglanz



Energie statt PowerPoint



Storytelling mit Substanz



Mut zur Veränderung



Praxisnahe Impulse für alle

SIGNATURE VORTRÄGE

„Resilience is a System. Performance is a routine.“

Resilienz. Fokus. Langstreckendenken.

Wie du Resilienz als System aufbaust: klare Prinzipien, Entscheidungsstärke unter Druck und ein Setup, das Stabilität in Veränderung schafft.

Wie aus Gewohnheitsorientierung High Performance wird: Micro-Habits, Rhythmus & Reviews statt bloßer Zielvorgaben
– für messbare, nachhaltige Wirkung.

„Ausdauer statt Ausreden – Ultrarunning-Prinzipien für nachhaltige Business-Performance“

Mindset. Werte. Selbstführung. Team.

Wie eine Lösungsorientierte Haltung, mentale Stärke, Klarheit und Ausdauer aus dem Extremsport Teams und Führungskräfte befähigen, Krisen zu meistern und nachhaltig erfolgreich zu sein.

SPEAKER @

TEDx

Fuckup
NIGHTS
Salzburg

Austria | Keynotes & Workshops across Europe
sascha@mindfulmoves.eu | +43 660 655885
<https://www.mindfulmoves.eu>
<https://www.linkedin.com/in/sascha-brandstoetter/>

