



[www.dominik-herruss.at](http://www.dominik-herruss.at)  
KARRIERE / LEBEN / AUSGEGLICHENHEIT

Dominik Herruss ist Gesundheitsdienstleister und Trainer für gesunde Mitarbeiterführung in Betrieben.  
Er verknüpft mit seiner selbst ausgearbeiteten "Tool-Box" traditionelle fernöstliche Methoden (Bewegung / Fokus / Körperarbeit) mit modernen westlichen Wertvorstellungen.  
**Ausgeglichenheit** herstellen, **Karriere**vorstellungen erfüllen und zu Wohlbefinden im **Leben** und Alltag zurückfinden - Dominik Herruss hilft Ihnen, **diese Ziele zu erreichen!**

## Kontakt:

Gendarmneriestrasse 2  
9073 Klagenfurt / Viktring  
info@dominik-herruss.at  
0043 463 / 90 80 11

Bitte hier Falten, diese Seite bleibt außen.



**Dominik  
Herruss**  
Karriere • Leben  
Ausgeglichenheit

## Karriere

*In einer Arbeitswelt, die sich ständig verändert, in einer Arbeitswelt der digitalen Globalisierung, in einer Arbeitswelt der wirtschaftlichen Turbulenzen...*

*In einer Arbeitswelt mit täglich neuen Herausforderungen und Beanspruchungen für Mensch, Unternehmen und Gesellschaft...*

**In neuen Arbeitswelten**  
benötigen wir  
**neue Kompetenzen**  
(Zukunftskompetenzen)



**Weiter informieren**



## Dominik Hernuss: Das Angebot

Mitarbeiterworkshops sind genauso möglich, wie Ganztags- oder 2-tägige Intensivseminare.

Viel Praxis, Begeisterung und Aha-Effekte sind elementare Inhalte all meiner Angebote.

Laufende Kurse bieten sich an, um die positive Energie guter Bewegung und mentaler Strukturierung nachhaltig zu verbessern.

In **Keynotes** lernen Ihre Mitarbeiter und Führungskräfte die Wichtigkeit der **Zukunftskompetenzen** kennen und verstehen wie man die **Leistungsfähigkeit** steigern und gesundes Führungsverhalten etablieren kann.

Mit **Shiatsu 2.0** unterstützen Sie Ihre persönlichen Gesundheits- und Karriereziele.

## new world of work

Die Zukunft bringt außergewöhnliche **Belastungen** für die **Führungskräfte** und **Mitarbeiter** mit sich. Krankenstandsstatistiken, Umfragen und Studien bestätigen die enormen Risiken für **Produktivität, Effizienz** und **Qualität** der betroffenen Unternehmen. Und **betroffen sind alle Branchen!**

## Zukunftskompetenzen

Bereits Einstein erkannte, dass kein Problem mit dem selben Bewusstsein gelöst werden kann, aus dem heraus es entstanden ist. **Flexibilität und Dynamik** ersetzen hierarchische Führungsstile und langfristige Strategien. **Drei wesentliche Kompetenzen** entscheiden in Zukunft über Erfolg oder Scheitern:

## Zukunftskompetenzen



## Dominik Hernuss: Die Themen

"Wissen muss heute authentisch, verständlich, unterhaltsam, und begeisternd vermittelt werden!" So lauten die

Worte des Erfolgs-trainers Jörg Löhr. Dazu kommt noch die "Praxisnähe" in den Inhalten meiner Leistungen, die Sie hier buchen können:

- **Innovative Work-Life-Balance** durch systemische Energiearbeit
- **Neue Kompetenzen für neue Arbeitswelten** durch aktive Selbstverantwortung
- Tiefenentspannung als **passive Stresskompetenz** mit Shiatsu 2.0
- **Fokusthemen, Kurse:**  
Z.B: Blitzregeneration, Mobbingprävention, Qigong im Betrieb oder Qi-Tasking

## Stresskompetenz

Ich biete Ihnen an, Stresskompetenz als Erfolgsfaktor zur persönlichen Gesundheitsentwicklung, Karriereplanung und für den Aufbau und die Führung produktiver Arbeitsteams in Ihr Unternehmen zu bringen. Fehlzeiten können verringert und das Arbeitsklima verbessert werden.

## Leistungskompetenz

Leistungskompetenzen fördern bedeutet nicht nur, die Leistungsfähigkeit sondern auch die Leistungsbereitschaft der Mitarbeiter zu fördern. Ein aktives Leistungsmanagement stärkt Produktivität, Motivation und das persönliche Talent-Management.

## Erholungskompetenz

Wer kommt heute noch zur Ruhe? Wer erholt sich noch richtig? Wer beginnt jeden Tag mit dem Elan eines Kindes? Beantworten Sie diese Frage bitte für sich persönlich! Aber bedenken Sie bitte, dass mangelnde Erholungsfähigkeit, Ursache für Burn Out, Überlastung und Leistungsabfall sein kann!