



# Ramona Kühne

*„Rückschläge sind keine Niederschläge“*

Ramona Kühne ist die erfolgreichste deutsche Boxerin aller Zeiten und zzt. amtierende Boxweltmeisterin im Superfedergewicht des bedeutendsten Boxverbandes, der WBO. Ramona Kühne ist seit 25 Jahren als Amateur- und Profisportlerin aktiv. Ihr Profidebüt gab sie am 21.04.2006 und kann seitdem auf eine sehr erfolgreiche Boxkarriere zurückblicken. Ramona Kühne ist auch außerhalb des Rings eine starke Persönlichkeit und gern gesehener Gast bei unzähligen Fernsehformaten und Sendern wie RBB, SAT.1, MDR, RTL, ProSieben u. a. Ramona Kühnes starker Willen und ihre Fähigkeit, über Grenzen zu gehen, spiegeln sich auch in ihren Vorträgen als Keynote Speakerin und Rednerin wider. Namhafte Unternehmen, Verbände, Gesellschaften wie z. B. die AOK u. a. schätzen die sehr unterhaltsame und lebendige Art und Weise von Ramona Kühne. Ramona schafft es ihre Erfahrungen aus dem Boxing und aus ihrer faszinierenden Sportlerkarriere in das Hier- und Jetzt des Business zu transportieren und regt Mitarbeiter und Führungskräfte mit ihren Impulsen zum Nachdenken an.

## Themen

### › Die 5 Schlüssel für Ihren persönlichen Erfolg

Auf ihrem Weg zu den vielen Weltmeistertiteln hat Ramona Kühne viele wichtige Erfahrungen gesammelt und Methoden entwickelt, die ihr wiederholt nationale und internationale Titel beschert haben. Ramona hat ihre Erkenntnisse in 5 Schlüsselthemen gegliedert und vermittelt dem Publikum 5 Sichtweisen, Einstellungen und Methoden für ein erfolgreicherer Agieren. Ramona Kühne gibt Praxistipps und wertvolle Erfahrungen weiter, die auch im Business-Alltag ihre Anwendung finden.

### › Wie gehe ich mit Niederlagen um?

Gerade im Boxsport liegen Sieg und Niederlage oft dicht beieinander und Ramona Kühne hat stets ihre Erkenntnisse aus Niederlagen gezogen und diese für künftige Siege zu verwenden gewusst. Analytisches Denken und zielorientiertes Handeln sind die Grundlagen des Erfolges. Nur wer sich mit einer Niederlage auseinandersetzt, kann Weltmeister werden oder geschäftlichen Erfolg haben.

### › Wie motiviere ich mich selbst?

Eine der meist gestellten Fragen an Ramona Kühne lautet: „Wie schaffen Sie das?“ Die Antwort darauf und was das Geheimnis der Selbstmotivation ist, gibt Ramona im Form nachvollziehbarer und anschaulicher eigener Beispiele, die in jeder Lebenslage vom Zuhörer umgesetzt werden können.

### › Wie überwinde ich Hürden, Hindernisse und Grenzen?

In jeder Karriere stellen sich uns Hindernisse in den Weg und Ramona Kühne zeigt auf beeindruckende Art und Weise, wie man diese mit der richtigen Einstellung, Talent, Willen und Ausdauer aus dem Weg räumt.

## Referenzen & Presse

### Als Profiboxerin:

- Aktuell 25 Kämpfe, 24 Siege
- Aktuelle Weltmeisterin im Superfedergewicht nach Version der WBO
- Ex-Weltmeisterin im Superfedergewicht nach Version der WIBF und WBF
- Ex-Weltmeisterin im Leichtgewicht und Superleichtgewicht nach Version der WIBF

### Als Amateur:

- Boxen: intern. Deutsche Meisterin 2005
- Nordwestdeutsche Meisterin 2005

### Kickboxen:

- 51 Kämpfe, 46 Siege
- Mehrfache Deutsche Meisterin und intern. Deutsche Meisterin

### Ju-Jutsu:

- mehrfache Deutsche Meisterin
- Bronzeweltmeisterschaft 2000 in Schweden

## Inspiration

### › Menschen, Bücher und Ereignisse, die mich inspirieren:

„In meiner sportlichen Karriere waren es oft andere Spitzensportler wie Manny Pacquiao und Gennady Golovkin, die mich durch ihre sportlichen Leistungen motiviert und inspiriert haben. Selbst meine schweren Verletzungen hielten mich nicht davon ab, meinen Willen durchzusetzen und wieder aufzustehen. Meinen Zuhörern die extreme Motivation und den Mut nicht aufzugeben zu vermitteln, ist mein Ziel. Ich habe Techniken erlernt, mit denen Motivation, und Fokussierung auf das Ziel möglich geworden sind. Es ist meine Leidenschaft, diese Erfahrung mit meinem Publikum zu teilen.“

www.speakers-e

## Honorare & Sprachen

### Impulsvortrag

Auf Anfrage

### Tagessatz

Honorargruppe D

### Vortragssprachen



## Reisekosten



## Medien