

MOTIVATION: ENTSPANNUNG BEIM EXTREMSPORT

## Nach 78 Kilometern fängt der Spaß an

*Manchmal, wenn der Oberschenkel besonders schmerzt, fragt sich Thomas Vogel schon, was er eigentlich tut. Doch der CaDirect-Geschäftsführer braucht den Extremsport ebenso wie seine Arbeit im eigenen Unternehmen.*



Unternehmer Thomas Vogel braucht den Extremsport als Ausgleich zum beruflichen Alltag. Bilder: CaDirect

Thomas Vogel, dessen Unternehmen Lösungen für die elektronische Beschaffung von so genannten C-Artikeln, also Gebrauchsgütern wie Büromaterial oder IT-Bedarf, realisiert, zählt zu einer Generation von Managern, für die Sport mehr ist als nur ein Ausgleich zum Beruf. Der 44-jährige Unternehmer gehört zu den Männern und Frauen in Deutschland, die nicht wie sonst üblich Tennis oder Golf spielen, sondern die sich mit Marathon, Triathlon oder anderen Extremsportarten vergnügen. Die Gründe für die sportliche Maximalanforderung liegen für den studierten Betriebswirt auf der Hand: „Körperliche Leistungsfähigkeit und Erfolg im Unternehmen sind für mich eine Ein-

heit“, erklärt Vogel. „Ich bin mir sicher: Wer körperlich top ist, ist auch geistig fitter.“ Für den begeisterten Sportler haben Sport und Business aber auch viele inhaltliche Parallelen, die sich gegenseitig beeinflussen und befruchten. „Ein Ziel, etwa der 100-Kilometer Ultramarathon im schweizerischen Biel, will gut geplant sein und ist nicht von heute auf morgen umzusetzen.“ Es ist also wie im Geschäftsleben. „Wer sich weiterentwickeln will, muss konsequente und strukturierte Projektarbeit betreiben. So wie das Unternehmen Meilensteine definiert und Software zur Ausführung benötigt, hat der Sportler Trainingspläne, Laktattests und Schuhe als Equipment.“

### Zum Unternehmen

Die CaDirect GmbH & Co. KG, Mainz-Kastel, hat sich als Anbieter des gleichnamigen Online-Bestellsystems für mittelständische Unternehmen einen Namen gemacht. Die Bandbreite der standardmäßig angebotenen Artikel reicht von Büromaterialien über Werkzeug bis hin zu Sicherheitsbedarf. Zudem lassen sich EDV, Elektronik-Bedarf, Bücher sowie Büromöbel einfach und schnell elektronisch bestellen.



Thomas Vogel, Geschäftsführer der CaDirect GmbH

\* Weitere Informationen: [www.cadirect.de](http://www.cadirect.de)

Wie stark sich inzwischen die unmittelbare Verknüpfung von Leistungssport und beruflichem Erfolg bei Unternehmern und Managern breit gemacht hat, zeigt auch ein Blick in die Schulungs- und Weiterbildungswelt. Sehr viele frühere Top-Athleten haben dort, nachdem sie ihre Sportschuhe an den Nagel gehängt hatten, ihre neue Profession gefunden: Als Motivations- und Mentaltrainer, immer häufiger auch als Personal Coach, machen sie Führungskräfte fit für den beruflichen Alltag.

### Sport und Business sind eine Einheit

Sich selbst verwirklichen, vor allem aber mit Sport eigene Motivation für die tägliche Arbeit gewinnen – auch Hans-Dieter Hermann, Sportpsychologe der deutschen Fußballnationalmannschaft und der soeben in die erste Bundesliga aufgestiegenen TSG Hoffenheim 1899, ist davon überzeugt. Wenn er in seinen Vorträgen von „Gewinnen beginnt im Kopf“ spricht, hat er vor allem ein Ziel: Die Unternehmer sollen eigene Zweifel überwinden und erkennen, dass viel mehr möglich ist, als sich manch einer vorstellen kann. Fragt man Thomas Vogel, warum es denn ausgerechnet ein Triathlon oder ein Gewaltlauf sein muss, hört sich das weit pragma-

tischer an: Der Familienvater, der vor gut zwei Jahren dem Frankfurter Ironman zuschaute und danach auf Triathlon und Extremlangläufe umstieg, macht vor allem den persönlichen Kick dafür verantwortlich: „Es gibt nicht besseres, als Grenzen zu erfahren und zu erkennen, wozu man mittels der richtigen Vorbereitung in der Lage ist.“ Wenn man beim härtesten Ultramarathon in der Schweiz, dem K78 – Laufstrecke 78 Kilometer, die über 2500 Höhenmeter führen – in Davos ankomme, wisse man, was man geschafft habe.

Aber auch die Emotionen auf der Strecke spielen eine große Rolle: „Beim Ironman in Roth“, so erzählt der Experte für Beschaffung mit einem Leuchten in den Augen, „waren im vergangenen Jahr mehr als 150 000 Zuschauer dabei! Das ist Gänsehaut-Feeling pur, wenn man nach zwölf Stunden im Stadion einläuft.“ Doch wie schafft man es, rein körperlich, erst zu schwimmen, dann Fahrrad zu fahren und schließlich noch kilometerweit zu laufen? Für Vogel alles nur eine Frage der Disziplin und des eigenen Willens. Vor allem aber der Organisation, denn schließlich darf neben dem intensiven Training weder die Familie zu kurz kommen, noch die Entwicklung des Unternehmens und damit die Existenzgrundlage leiden. su