



MARC KORNMANN

Dein Coach für ganzheitliche Gesundheit & mentale Stärke

Über mich

Wenn es um ganzheitliche Gesundheit geht, bringe ich Bewegung in Köpfe - und in den Alltag.

Ich übersetze aktuelle Wissenschaft in verständliche, praxisnahe Strategien für mehr Energie, Widerstandskraft und Lebensfreude.

Ob im Unternehmen oder auf der Bühne: Meine Vorträge begeistern, weil sie Wissen mit echter Motivation verbinden - und Menschen ins Handeln bringen.

Vortragsthemen

Gesunde Mitarbeiter - gesunde Unternehmen

Weniger Krankentage, mehr Energie, bessere Stimmung:
Wie Darmgesundheit und Ernährung im Arbeitsalltag die Leistungsfähigkeit und Motivation stärken.
Mit einfachen, praxisnahen Strategien für Büro und Homeoffice.

Immunpower aus dem Darm - natürlich stark durch jede Jahreszeit

Warum 70 % unseres Immunsystems im Darm sitzen - und wie wir es mit Ernährung, Bewegung und mentaler Balance unterstützen. Ein Vortrag für alle, die verstehen wollen, wie echte Prävention funktioniert.

Darmgesundheit - das unterschätzte Fundament unserer Gesundheit

Wie unser Verdauungssystem mehr ist als nur ein „Bauchorgan“: Es beeinflusst Energie, Stimmung, Immunsystem und Leistungsfähigkeit. Praktische Tipps, wie jeder durch kleine Veränderungen in Ernährung und Lebensstil spürbar profitieren kann.

Kundenstimme



Die Vorträge haben dazu beigetragen das Bewusstsein für Gesundheit und Wohlbefinden in unserem Unternehmen zu stärken - Delme Werkstätten gGmbH

Kontakt

Marc Kornmann | iss-clever.de - Hildesheimer Ring 10 - DE - 27243 Harpstedt

Telefon: +49 (0)4244 - 968 97 54 oder Mobil: +49 (0)171 - 741 34 73
E-Mail: info@iss-clever.de - Internet: www.iss-clever.de