



# Wolfgang Fasching

Extremsportler und Coach

Redner

Wolfgang Fasching ist einer der erfolgreichsten Extremsportler der Welt. Der Steirer gewann dreimal das härteste Radrennen der Welt, das „Race across America“ und erklimmte die höchsten Berge der sieben Kontinente, inklusive den Mount Everest. Über diese „Seven Summits“ hat das Kraft- und Ausdauer-Phänomen ein packendes Buch geschrieben. Die Botschaft von Wolfgang Fasching lautet: Mentale Stärke kann man lernen. In hunderten Vorträgen hat er beschrieben, wie er seine Grenzen suchte, gefunden hat und immer mehr erweiterte. „111 Mental-Tipp zum praktischen Anwenden“ heißt eines seiner meistverkauften Bücher, „Du schaffst, was Du willst“ ein anderes. Fasching bricht seinen extremen Leistungshorizont herunter auf normale Menschen und hat auch eine Ausbildung als Mentalcoach – jeder Vortrag ist wie eine Übungseinheit.

„Es sind menschliche Denkmuster, Mechanismen im Kopf, die scheinbar unmögliche Leistungen möglich machen.“ Das sagt der Extremsportler Wolfgang Fasching, der nicht nur mehrfacher Weltmeister bei Langstrecken-Radrennen ist, sondern auch ein mentaler „Weltmeister“. „Ich habe meine persönlichen Ziele erreicht, weil ich im Innersten gleichsam damit infiziert war“ berichtet Fasching und ist überzeugt, dass seine Regeln auch im Leben normaler Menschen ihren Nutzwert haben. „Mental fit im Alltag – 111 Mental-Tipps zum praktischen Anwenden“ heißt einer seiner vielen Bestseller. Mehr als tausend Vorträge und Seminare hat Wolfgang Fasching schon gehalten mit der zentralen Botschaft: Mentale Stärke kann man lernen. Jeder kann Erfolg haben und seine persönlichen Ziele erreichen. Bekannt geworden ist Wolfgang Fasching als Seriensieger in Radrennen über enorme Distanzen und extreme Höhendifferenzen. Fasching nahm 8x am Race Across Amerika (RAAM), dem längsten und härtesten Radrennen von der West- zur Ostküste Amerikas teil, stand dabei auch 8x am Podium und gewann dieses Rennen dreimal. 2001 stand Wolfgang Fasching als 13ter Österreicher auf dem Gipfel des Mount Everest. „Seven Summits“ war eines seiner Großprojekte – Gipfelsiege auf den höchsten Bergen der sieben Kontinente. Auch darüber hat Fasching ein Buch geschrieben. Als Autor kreist er immer wieder um sein Lebens-Thema, wie die Buchtitel beweisen: „Du schaffst, was du willst“, „Feuer im Kopf“, „Leben am Limit“. Einer seiner nachgefragtesten Vorträge heißt „Du erreichst, was du denkst“ oder „Die Kraft der Gedanken“. Wolfgang Fasching berichtet da nicht nur aus seinen Erfahrungen und Erlebnissen, er hat als Referent auch eine solide Ausbildungs-Basis: Der Steirer, der in Oberösterreich lebt, hat an der Universität Salzburg die Ausbildung zum akademischen Mentalcoach absolviert, er ist diplomierter Lebens- und Sozialberater, Rhetorik-Trainer und hat einen MBA-Titel in General Management.

## THEMENGEBIETE

Sport

## SPRACHEN

Deutsch