

Experte für kreatives Lernen & Infotainment

Inspirierende
Vorträge,
Workshops
& Events

www.Stephan-Ehlers.de

Inhalts- verzeichnis

**Persönliches
Profil** 4

**Spezialisierungen
& Kompetenzen** 6

Angebotene Leistungen

**Vorträge
& Keynotes** 10

**Moderation
& Infotainment** 11

**Jonglier-Events
& Business-Jonglage** 12

**Online-Angebote
& Tools** 13

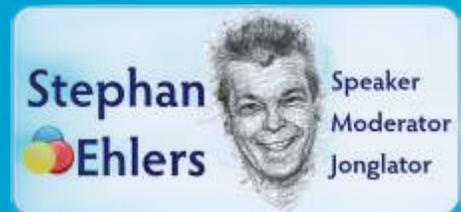
**Referenzen
& Kundenstimmen** 14

**Bücher
& Publikationen** 16

**Auszeichnungen
& Rekorde** 18

Presse & TV 20

Promis 34



**Experte für
kreatives Lernen
& Infotainment**



Stephan Ehlers
Lannerstraße 5
80638 München

Telefon:
+49 (0)89 17 11 70 36

Mail:
info@Stephan-Ehlers.de

Web:
www.Stephan-Ehlers.de



Langjährige Erfahrung

Stephan Ehlers steht seit 1995 als Speaker, Moderator und/oder Profijongleur auf den verschiedensten Bühnen und begeistert sein Publikum.

Egal ob kleine Gruppe mit 20-50 Teilnehmern oder Großveranstaltung mit mehreren tausend Gästen.



Ohne Emotionen keine Begeisterung.

Ohne Begeisterung keine nachhaltige Wirkung.

Wenn Sie ein bewegendes, emotionales Erlebnis erreichen möchten, an das sich die Teilnehmer noch lange zurückerinnern, dann sind Sie bei Stephan Ehlers genau richtig.

+ 30 Jahre Erfahrung

+ 60 bestellbare Titel im Buchhandel

+ 150 Jongliertrainer ausgebildet

+ 50.000 Menschen das Jonglieren beigebracht

+ 590 Seminare & Trainings

+ 430 Online-Workshops

Persönliches Profil

Zuversicht und Zutrauen für die Zukunft

Multitalent Stephan Ehlers hält im wahrsten Sinne des Wortes viele Bälle in der Luft. Er ist gefragter Speaker und Moderator sowie Buchautor und Jongliertrainer. Er vermittelt Themen rund um Motivation, Führung und Veränderung wie kein anderer äußerst vergnüglich und deshalb "merk-würdig".

Seit mehr als 30 Jahren hat er viele namhafte Firmen um Kreativität, Know-how und Ergebnisse bereichert. Er ist der Jongleur unter den Top-Speakern und versteht es, aktuelle Erkenntnisse der Gehirnforschung, informativ und unterhaltsam mit konkreten Tipps für die Umsetzung zu verbinden.

In einer zunehmend von Krisen und Veränderung geprägten Berufswelt fordert Ehlers dazu auf, selbst aktiv zu werden und gibt dazu wertvolle Tipps und Anregungen für die konkrete Umsetzung. Er ist fest davon überzeugt, dass die Veränderungsintensität und das Tempo sowohl global als auch in lokalen Märkten eher zunehmen als abnehmen wird. In dieser Zeit voller Unsicherheit und Veränderung hilft Stephan Ehlers, Mut und Selbstvertrauen sowie Stärkung der eigenen Verantwortung aufzubauen. Dies hilft Mitarbeitern und Führungskräften, Zuversicht und Zutrauen für die Zukunft zu gewinnen.

Stephan Ehlers ist gelernter Bank- und Werbekaufmann und war in namhaften Agenturen und Verlagen (Hüthig, WEKA, Vogel Verlag) tätig. 1995 machte er sich selbstständig mit seiner Beratungsagentur FQL (Fröhlich Qualität Liefern), 2008 gründete er den Verlag FQL Publishing (Forciert Querfeldein Lernen) und 2013 die FQL Akademie (Findet Querdenken Lukrativ).

Stephan Ehlers verbindet fundiertes Gehirn-Wissen mit der Kunst des Jonglierens - und inspiriert damit Menschen und renommierte Unternehmen kreativer zu denken, klüger zu handeln und messbare Ergebnisse zu erzielen.

Er ist Regional-Botschafter der German Speakers Association (GSA), Top100-Entertainer bei Speakers Excellence und Mitglied der Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement (AFNB).

Darüber hinaus ist er Mitglied der Akademie für Potenzialentfaltung (Gerald Hüther), Leiter der Regionalgruppe Südbayern des BBGM (Bundesverband Betriebliches Gesundheitsmanagement) sowie Autor mehrerer Bücher (Seite 16).



GSA Regionalbotschafter
München

Spezialisierungen & Kompetenzen

Für die Themenbereiche Motivation, Führung und Veränderungsmanagement hat sich Stephan Ehlers auf besondere Weise spezialisiert, in dem er sehr gezielt das Jonglieren dafür einsetzt.

So wird beim Jonglieren-Lernen **Unsicherheit** konkret erlebt, weil man völlig neue, d.h. ungewohnte Dinge tun muss.

Change = Change

Wann wird Change zu einer Chance?

Nehmen Sie beim Wort „Change“ das rote „J“ beim „c“ weg und es entsteht das neue Wort „Chance“. Das „J“ steht für Jonglieren, d.h. sich auf Neues, Unbekanntes einlassen. Nicht aufgeben und persönlich erleben, wie man Zutrauen und auch Motivation gewinnt.

Motivation & Veränderungsmanagement

Motivation ist ein Motiv zur Aktion

Der Prozess des Jonglierenlernens erzeugt eine anhaltende Motivationsquelle. Das Erreichen von Meilensteinen, sei es das erstmalige Fangen von Bällen oder das Meistern komplexerer Muster, verstärkt den Antrieb, sich immer wieder herausfordernden Aufgaben zu stellen. Diese Motivation kann auf andere Bereiche übertragen werden und eine positive Denkweise fördern, die sich auf berufliche wie auch persönliche Ziele auswirkt.





Lernstrategien & Gehirn-Wissen

Stephan Ehlers ist Experte für Lernstrategien und Gehirn-Wissen. Er ist u.a. seit 2011 Mitglied der Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement (AFNB) sowie Herausgeber der erfolgreichen Buchreihe GEHIRN-WISSEN-KOMPAKT.

Lernen macht Spaß, wenn Spaß in das Lernen kommt

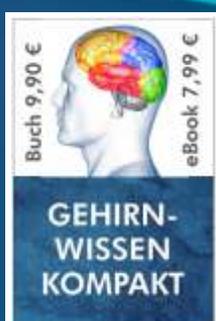
Bei Vorträgen oder Workshops von Stephan Ehlers bekommt stets jeder im Publikum einen kleinen Ball, der dann höchst variantenreich – **passend zum Thema** – eingesetzt wird. Die Wurf- und Fangübungen machen Spaß und verbinden das Thema mit Bewegung.

Die Online-Mediathek **Gehirn-Wissen** bietet unzählige eBooks, Audio- und Video-Dateien zu relevanten Business-Themen wie

- **Change**
- **Führung**
- **Charisma**
- **Motivation**
- **Teamarbeit und Entwicklung**
- **Kreativität und Innovation**

die aus neurobiologischer Sicht beleuchtet werden.

Viele Auftraggeber buchen Vorträge oder Workshops inkl. der Online-Zugänge zur Mediathek Gehirn-Wissen für die Teilnehmer, damit diese die Themen individuell nachbearbeiten können.



Spezialisierungen & Kompetenzen

3 Bälle jonglieren lernen im Team

Das Jonglieren-Lernen mit kleinen (bis 20 Tln.), mittleren (50-100 Tln.) oder sehr großen Teilnehmergruppen (> 1.000 Tln.), ist eine außerordentliche Stärke von Stephan Ehlers.

Diese Jonglier-Events lassen sich sehr gut mit Infotainment-Vorträgen verbinden, z.B. zu Themen wie

Motivation, Teamgeist, Change, Unsicherheit, Ziele, Wir-Gefühl.

Weltweit einzigartig ist das Eventformat „**Jonglieren lernen in Rekordzeit**“: Hier wird eine Personenzahl vorgegeben, die das Werfen und Fangen mit 3 Bällen in max. 20 oder 30 Min. schaffen müssen.



Weitere Informationen:
Angebote - Seite 12 / Weltrekorde & Auszeichnungen - Seite 18

Business-Jonglage

Jonglierbälle als didaktisches Hilfsmittel

Es gibt nichts, was sich nicht mit drei, vier oder fünf Bällen anschaulich erklären und unterhaltsam präsentieren ließe. Dies ist eine der besonderen Stärken von Stephan Ehlers. Egal, ob es um die Vorzüge von Produkten und/oder Dienstleistungen, die Beziehungen zwischen Kunden, Lieferanten, Händlern oder Mitarbeitern/Chefs geht.

Auch Softskills oder technische Zusammenhänge sind mit Jonglierbällen wunderbar darstellbar. Verblüffung und Wortwitz machen diese kleinen Ballzaubereien zu „merk-würdigen“ Momenten für das Publikum.



In diesem Video wird in einer Minute mit Jonglierbällen gezeigt und erklärt, was die Aufgabe eines Speakers ist.



Angebotene Leistungen

Vorträge & Keynotes

In einer Arbeitswelt, die immer stärker von Unsicherheiten geprägt ist, inspiriert Stephan Ehlers dazu, selbst die Initiative zu ergreifen. Mit praxisnahen Impulsen zeigt er, wie Veränderung aktiv und wirkungsvoll gestaltet werden kann. Hier eine Auswahl seiner Themen:



Krisen. Kriege. Kollaps.
Wie kann man Zutrauen und Zuversicht für die Zukunft gewinnen?



Wissen. Wollen. Können. Tun!
Etwas zu verstehen, heißt noch nicht, es zu können. Etwas zu wollen, ist lange noch nicht tun.

Balance statt Burnout
Jonglieren mit Mut, Mindset und Möglichkeiten



Wirksam dem Zukunfts-ABC begegnen
Angst, Belastung, Change



Mitarbeiter-Motivation in MissMutigen Zeiten



Führung wirkt. Keine Führung auch.



Was Ihr Gehirn schon über Sie weiß und Sie über Ihr Gehirn wissen sollten



QR-Code scannen und weitere Informationen zum jeweiligen Thema abrufen.
Jeweils 1 Seite PDF.



Moderation & Infotainment

Stephan Ehlers bietet als Moderator bestes Infotainment durch seine Natürlichkeit und Persönlichkeit:

**Ohne
eintätowiertes
Lächeln**

**Ohne
anbieternde
Überfreund-
lichkeit**

**Ohne
steifes Ablesen
von Texten**



Professionell, freundlich, seriös und überaus unkompliziert führt Stephan Ehlers seit mehr als 30 Jahren seine Moderationen bei Konferenzen, Tagungen, Galas und/oder Roadshows durch. Mit seiner langjährigen Erfahrung, Spontaneität und seinem Humor gewinnt er schnell jedes Publikum für sich.

Angebotene Leistungen



QR-Code scannen für
weitere Informationen

Jonglier-Events & Business-Jonglage

Ob als aktive Tagungspause, Motivationsschub für die Mitarbeiter, Veranstaltungsturbo oder auf der Firmenfeier – Jonglieren bringt das Gehirn auf Trab und sorgt für einen Frische-Kick.

Jonglier-Events sind für jede Teilnehmerzahl durchführbar (5, 50, 500 oder mehr Teilnehmer) und können zeitlich überaus flexibel eingesetzt werden:

3 x 10 Min. - 2 x 20 Min. - 45 Min.

Wir können sowohl die Jonglierbälle und Jonglier-Anleitungen als auch die Verpackungen (Plastikröhre, Baumwollsäckchen oder Schachtel) individuell im passenden Firmen-CI bedrucken lassen.

Ideale Einsatzbereiche

- Umstrukturierungen
- Neue Ziele, neue Märkte
- Außergewöhnliche, neue Herausforderungen
- Kickoff-Meeting
- Wake-up-Session
- Teamgeist und „Wir“-Gefühl
- Auflockerung der Atmosphäre
- Selbstmotivation & Selbstverantwortung
- Leistungsbereitschaft & Arbeiten im Team
- Freude an Herausforderungen entwickeln



Online-Angebote & Tools

Die **Online-Akademie Jonglieren** ist Deutschlands größtes Lernportal für Jonglier-Anfänger und Fortgeschrittene. Hierfür können Einzel- oder auch Firmen-Accounts eingerichtet werden ... hierzu kann, muss aber kein Workshop/Vortrag mit Stephan Ehlers im Vorfeld gebucht werden.

Das Gleiche gilt für die **Mediathek Gehirn-Wissen**. Häufig werden zum Vortrag oder Workshop noch passende Online-Medien (Jonglieren und/oder Gehirn-Wissen) mit angeboten, damit die Teilnehmer zeitlich unabhängig weiter lernen können.



BGM = Betriebliches Gesundheits-Management

neu definiert:

BGM = Balljonglage – Gehirntraining – Motivation

Diese neue und innovative Herangehensweise an BGM hat viele positive Auswirkungen. Von der Förderung der kognitiven Fähigkeiten bis hin zur Stärkung der Teamdynamik bietet diese Interpretation von BGM eine einzigartige Möglichkeit, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit auf versch. Ebenen zu steigern.



QR-Code scannen für weitere Informationen



Referenzen & Kundenstimmen

„Ihre Gestaltung des Abends war aus meiner Sicht ausgesprochen überragend. Eine tolle Mischung aus Wissensvermittlung, Spaß und Aktivität. Ein tolles Entertainment. Auch die Feedback`s der TeilnehmerInnen waren alle durchweg positiv. Daumen hoch also!!!“
Sven Eßwein, bwgv-Akademie
Baden-Württembergischer
Genossenschaftsverband e.V.



Hallo Herr Ehlers, ich möchte Ihnen noch einmal sehr herzlich für Ihren Beitrag zum Gelingen unseres Führungskräfte-Forums danken! Sie haben unsere 180 Teilnehmer zum Lachen, zum Nachdenken und zum Agieren gebracht - was will man mehr! –
K. Steffens, Siemens AG



Herzlichen Dank für den inspirierenden Vortrag für unsere 300 Führungskräfte. Sie waren brillant. Wir haben sehr viele positive Rückmeldungen und auch schon Anfragen fürs eBook erhalten.
W. Peters, Berliner Wasserbetriebe



Sehr geehrter Herr Ehlers, herzlichen Dank für Ihren beeindruckenden Vortrag und der kurzen aber erfolgreichen Jonglier-Lehrstunde! Gerne haben wir Ihnen zugehört und uns abwechselnd zwischen Aha-Erlebnissen, Lachen, Staunen und Gänsehaut bewegt. Wir danken Ihnen, dass Sie uns motiviert haben uns immer wieder aufs Neue selbst zu motivieren und Neuem gegenüber stets aufgeschlossen zu sein. Sich zu bewegen, etwas zu bewegen und viele Bälle gleichzeitig in der Luft zu halten, haben Sie in kurzweiliger Art und Weise hervorragend veranschaulicht.
B. Nägerl, Marketingleiterin
der ISO-Gruppe, Nürnberg



Guten Morgen Herr Ehlers, wir waren begeistert von Ihrem gestrigen Vortrag in Haus Segenborn, H.Conrad, Auxilio GmbH



Ihr Vortrag, die charmante Art sowie Ihre praxisnahen Beispiele haben den Nerv des Events perfekt getroffen und kamen durchweg hervorragend an. Das viele Lob und die positiven Rückmeldungen, die ich im Anschluss erhalten habe, gebe ich voller Freude an Sie weiter. Herzlichen Dank für Ihre großartige Unterstützung – ich freue mich schon auf unser nächstes gemeinsames Event.
Konrad Schuster, Allianz AG



„Nochmals Danke für Ihren kurzweiligen Vortrag. Mit Ihrer Präsentation und Ihren Bällen haben Sie das Publikum aktiviert und begeistert.“

A. Matejka,
Bezirksbetreuung
München, BDS - Bund
der Selbständigen e.V.



„Ob privat oder beruflich: Ziele erreichen – erfolgreich sein, das sind Themen, die jeden von uns bewegen. Herr Ehlers zeigte uns überzeugend, wie man diese Themen durch Perspektivenwechsel und eine gewisse Leichtigkeit auf eine völlig neue Art und Weise umsetzen kann. Sein Vortrag „Erfolgsgeheimnisse für Erfolgsverantwortliche“ ist einmalig, außergewöhnlich und erlebnisreich.“

Sibylle Lingner -
Geschäftsführerin Lingner
Marketing Communication
Services GmbH, Fürth



„Wir möchten uns nochmals ganz herzlich für die „coole Jonglage“ bedanken, die uns und alle Teilnehmer in jeder Hinsicht verblüfft. Bälle und Gedanken bleiben in Erinnerung, die Verankerung hat funktioniert.“ M. Bauer und das Service-Team der Spritzgießtechnik KraussMaffei Technologies GmbH, München

KRAUSSMAFFEI

Lieber Herr Ehlers, das ist wunderbar, vielen lieben Dank, dass sie uns den Vortrag noch als pdf zur Verfügung gestellt haben, so dass auch die nicht anwesenden Mitglieder noch im Nachhinein profitieren können. Für den außerordentlich informativen und wirklich sehr unterhaltsamen Abend möchte ich mich nochmals ganz herzlich bedanken! Wir sind alle höchst motiviert und mit besten Vorsätzen nach Hause gegangen in Zukunft wieder aktiver etwas für körperliche und geistige Fitness zu tun.

K. Pantke – Hexal AG



A Sandoz Brand

„Ihr Vortrag hat alle 180 Teilnehmer in einen Bann gezogen. Die eingebauten Überraschungen haben sich in das langfristige Erinnerungsvermögen eingebrennt und so jedem Teilnehmer klargemacht, wie unser Gehirn uns steuert. Danke für den humorvollen Vortrag und die vielfältigen Anregungen, die unseren Tagesablauf beeinflussen und von Routinen befreien können.“
B. Kaltwasser, HypoVereinsbank -
Unicredit Group

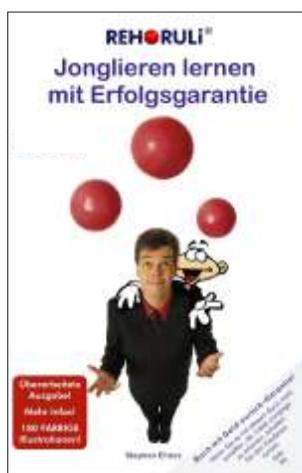


Bücher & Publikationen

Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie

ISBN 978-3-940965-00-4

Erhältlich in deutsch, englisch und italienisch



JONGLIEREN - das Mehrzweck-Tool für unser Gehirn

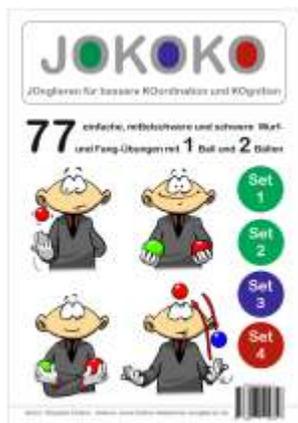
ISBN 978-3-98854-009-6



Jonglieren in Schulen

Praxis-Handbuch für LehrerInnen und SchulleiterInnen

ISBN 978-3-947104-88-8



JOKOKO® 77 Übungen mit 1 und 2 Bällen

ISBN 978-3-940965-79-0

Erhältlich als Heft, Ringbuch, Karten-Set, eBook und Online-Video

Jonglieren & Führung

ISBN 978-3-940965-79-0

Auch in englisch im Buchhandel erhältlich



Jonglieren lernen mit Jongloro

Deutschlands meist verkaufte Jonglier-Anleitung
ISBN 978-3-940965-11-0

In 14 Sprachen erhältlich



**Jeden Tag etwas
NEUES tun**

111 Ideen für mehr Kreativität
& Selbst-bewusstsein

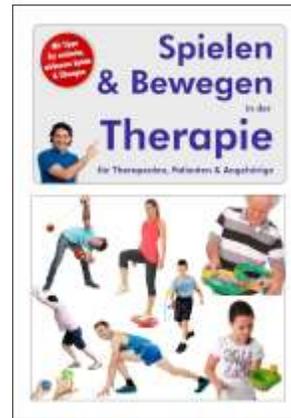
ISBN
978-3-940965-52-3



**Business-
Ballaballa**

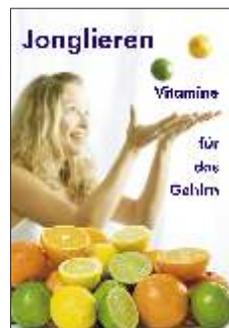
Wer im Business
ongliert, sollte
'richtig' jonglieren
ernen

SBN
978-3-947104-59-8



**Spielen & Bewegen
in der Therapie**

ISBN
978-3-98854-013-3



**Jonglieren -
Vitamine für
das Gehirn**

ISBN
978-3-947104-73-4



**Jonglieren für
den Rücken**

ISBN
978-3-98854-020-1



**Demenz und
Alzheimer vorbeugen
mit Jonglieren**

ISBN 978-3-947104-72-7



Alle 66 über den Buchhandel
von Stephan Ehlers lieferbaren
Titel findet man bei
www.VLB.Stephan-Ehlers.de



Auszeichnungen & Rekorde



Das ausgezeichnete Unternehmen hat die Jury überzeugt und gehört damit zur Spitzengruppe der eingereichten Bewerbungen.
Initiative Mittelstand



Neuro-Newsletter **GEHIRN-TIPPS**
Regelmäßig (wöchentlich oder monatlich) aktuelle Erkenntnisse der Gehirnforschung kostenfrei per Mail.



Tagesworkshop WeFaLe
(Werfen-Fangen-Lernen)

Innovative Lernmethoden:
Neue, wirksame Didaktik mit Jonglierbällen.



Jonglier-Fix-App



Jonglier-Fix - Jonglieren lernen in verblüffend kurzer Zeit



Unternehmen jeder Größe konnten sich kostenfrei für die begehrte Auszeichnung bewerben. Eine unabhängige, knapp 100-köpfige Jury, bestehend aus Professoren, Wissenschaftlern, Fachjournalisten und IT-Branchenexperten, bewerten den Innovationsgehalt sowie die Eignung für den Mittelstand.



← Video ansehen

Business-Jonglage mit 3 und 4 Bällen zum Thema IT, Mittelstand und Innovation





Aktuelle Weltrekorde im Jonglieren-Lernen

Seit 2003 versucht Stephan Ehlers, immer mehr Jonglier-Anfängern gleichzeitig in immer weniger Minuten das Werfen und Fangen mit 3 Bällen beizubringen. Die Entwicklung in mehr als 20 Jahren kann sich durchaus sehen lassen. Die aktuellen Weltrekorde für 7, 10, 20 und 30 Minuten sind alle notariell beglaubigt. Die QR-Codes verweisen auf entsprechende Videos.

2003



54 Teilnehmer lernen
in **60** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen

2013

445 Teilnehmer lernen
in **30** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen



2017



162 Teilnehmer lernen
in **20** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen

2016

119 Teilnehmer lernen
in **10** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen



2023



57 Teilnehmer lernen
in **7** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen

2024

Doppel-Weltrekord:

196 Tln. lernen in **20** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen
466 Tln. lernen in **30** Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen



INTERVIEW

„Entscheider dürfen mehr spinnen“

Mit drei Bällen schafft er es bis ins Gehirn von Führungskräften. Im Interview erklärt **Stephan Ehlers**, warum Jonglieren für Entscheider so wichtig ist

W&V
Werben & Verkaufen

INTERVIEW: Julia Gandelach

Herr Ehlers, warum sollten Entscheider Jonglieren lernen?

Entscheider treffen Entscheidungen, die alle – ohne Ausnahme – vom Gehirn getroffen werden. Beim Jonglieren wird das Gehirn besser und intensiver mit Sauerstoff versorgt und kann leichter Entscheidungen treffen. Die unbewussten Effekte des Jonglierens sind enorm. So befindet sich die größte Ansammlung von Nervenzellen – nach dem Gehirn – im Bauchraum, und auch mit dem Bauch entscheiden wir vieles. Diese Nervenzellen sind mit dem Gehirn verbunden. Sie sind aber keine Leitung zwischen Gehirn und Bauch, sondern diese Nerven sind vegetativ und können nicht willentlich angesprochen werden. Man kann sie aber durch das Jonglieren aktivieren und so für eine bessere Durchblutung und Regeneration im gesamten Körper sorgen.

Wo gibt es Parallelen zwischen Veränderungsprozessen in Unternehmen und Ihren drei Bällen? Veränderungsprozesse in Unternehmen sind der Normalfall. Organisationen benötigen in einem Umfeld permanenten Wandels vor allem eins: die Fähigkeit, sich zu verändern. Eine Firma ist nur dann wandlungsfähig, wenn es die Führung ist. Deswegen ist es enorm wichtig, wenn Führungskräfte sich bei Veränderungsprozessen zunächst auf sich selbst konzentrieren: über das Jonglieren. Denn Jonglieren erleichtert den Umgang mit Wandel, weil man dabei lernt, Ungewohntes zu tun: Man muss völlig neue Dinge ausprobieren und es braucht Ausdauer und Konzentration. Kurzum: Man lernt körperlich und damit auch geistig, Zutrauen zu Dingen



STEPHAN EHLERS

ist gelernter Bank- und Werbekaufmann. Er gründete 1995 die Firma IQ3. Die drei Buchstaben stehen für „Fröhlich Qualität liefern“, „Finden Querdenken inkarniert“ und „Forcieren qualifiziert lernen“. Seitdem hat Ehlers als Trainer, Speaker, Ballzaubere und Moderator viele namhafte Firmen im Kreativ-, Know-how- und Engpassbereich betreut.

zu gewinnen, die sich erst „blöd“ anfühlen. Das braucht es bei Veränderungsprozessen.

Was heißt das in der Praxis?

Das zeige ich an einem Beispiel: Der Vorstandsvorsitzende einer großen Versicherung lernte bei mir das Jonglieren, das auf Video aufgezeichnet wurde. Einen kurzen Ausschnitt – samt Schwitzen, Fluchen, Scheitern und am Ende dem Erfolg – zeigte der Chef seinen 450 Führungskräften mit dem Hinweis: „Was wir gemeinsam in den nächsten Monaten vorhaben, wird sich genau so anfühlen!“ Und am Anfang fühlt sich Change – wie auch Jonglieren – immer unsicher an.

Inwieweit haben sich Entscheider heute im Vergleich zu Ihren Anfängen vor 20 Jahren gewandelt?

Ich erlebe selbst bei meinen öffentlichen Jonglierkurs-Rekordversuchen, wie rasend schnell sich alles entwickelt. 2003 meldete DPA meinen ersten Weltrekord, bei dem 54 Berliner in 60 Minuten das Jonglieren gelernt haben. 2016 haben das 119 Münchner in zehn Minuten geschafft! Sowohl die Veränderungsdynamik als auch das Tempo sind in den letzten 20 Jahren exponentiell gestiegen. Dass der erhöhte psychische und zeitliche Druck, in immer kürzeren Zeitabständen wichtige Entscheidungen zu treffen, zu mehr Belastungen führt, kann man an den aktuellen Gesundheits- und Burn-out-Statistiken ablesen. Das Jonglieren ist eine Möglichkeit abzuschalten. Drei Minuten am Tag oder 20 Minuten pro Woche reichen völlig aus, um für mehr Ruhe im Gehirn zu sorgen. Auch im Unternehmen können Entscheider dürfen ruhig mal wieder mal spinnen. Nicht nur im Unternehmen, sondern auch im Leben.

w&v-Beitrag hier abrufen (PDF 1 Seite)





Was haben Artischocken und Jonglierbälle mit CHANGE zu tun?

Antworten von Stephan Ehlers –
Ihr Experte für Jonglieren, Lernen und Gehirn-Wissen



VIDEO
BCB-Award
ansehen

Der Wandel ist längst vom befristeten Projekt zum dauerhaften Thema geworden. Die meisten Chefs bzw. Unternehmen haben die Notwendigkeit für Veränderungen zwar seit langem erkannt, doch oft hapert es an der Umsetzung. Was dabei selten thematisiert wird, sind die unbewussten (eigenen) Widerstände bzw. ein „ungutes Gefühl im Bauch“ bei Chefs, Selbständigen oder Führungskräften. Einen konkreten Tipp für die Praxis, wie man selbst wirksam eigene Unsicherheit überwinden und souveräner in unsicheren Situationen werden kann, hat Stephan Ehlers, Experte für Jonglieren, Lernen und Gehirn-Wissen aus München.

Mag der Mensch Veränderungen oder halten wir uns lieber an vertrauten Dingen und Verhaltensmustern fest?

Veränderungsprozesse begegnen uns überall: in Gesellschaft, Beruf, Familie und unserem Informationsverhalten. Der Mensch ist jedoch ein Gewohnheitstier. Wissenschaftliche Studien belegen u. a., dass bei ca. 80 Prozent der Menschen die Beharrungskräfte dominieren und nur 20 Prozent mehr ins Risiko gehen. Dabei erlebt jeder Veränderung selbst ein Leben lang: Geburt, Kind, Schüler, erste Freundin, zweite Freundin..., Ausbildung, Studium, erster Job, zweiter Job, erste/r Ehefrau/-mann..., erstes Kind..., neue Freunde, altes Handy, neues Smartphone. Trotz des permanent selbst erlebten und durchlebten Wandels, tun wir uns mit Veränderungen sehr schwer.

Wo liegt das?

Die Gründe bzw. liegt konkret an unserem...
...unser Bewusstsein (Präfronta-...
...bedings ohne

Projekten in Unternehmen oder auch bei größeren privaten Veränderungen (neuer Job oder Umzug in eine andere Stadt) die neu zu erlebenden Sinneseindrücke in der Zukunft liegen, kann uns das Gehirn keine realistischen Erlebnisse verschaffen. Es kann (und es wird) Vorstellungen KONSTRUIEREN... auf Basis des bisher Erlebten. Mehr geht nicht. Konkretes Beispiel: Versuchen Sie einmal, sich eine neue Farbe vorzustellen, also eine Farbe, die jenseits des sichtbaren Farbspektrums liegt. Genauso ist unser Gehirn nicht in der Lage, sich den Geschmack einer Artischocke vorzustellen, wenn wir diese vorher noch nie gegessen haben.



Beitrag hier
abrufen
(PDF
2 Seiten)



Jonglieren – eine flexible Eventidee mit hoher Wirkung



mep-Beitrag
abrufen
(PDF 1 Seite)

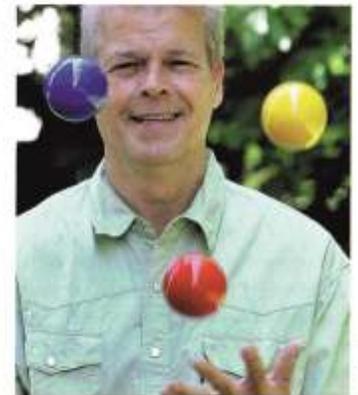
Am 10. Juli fand auf dem Münchner Sportfestival ein außergewöhnlicher Jonglier-Event statt. 280 Münchner kamen trotz 36-Grad-Hitze zum Königsplatz, denn Motivator & Jonglör Stephan Ehlers wagte dort einen neuen Weltrekordversuch. Innerhalb von nur 10 Minuten sollten mindestens 100 Jonglieranfänger gleichzeitig das Werfen und Fangen mit 3 Bällen lernen. Um 14 Uhr 25 konnte Notar Hans-Frieder Krauß das neue Weltrekord-Ergebnis verkünden: 119 Anfänger hatten es tatsächlich geschafft (Videos siehe www.weltrekord.jonglierschule.de)!

Doch Ehlers bringt nicht nur vielen Menschen gleichzeitig in kürzester Zeit das Jonglieren bei, sondern auch im Einzelcoaching und mit mehr Zeit. Viele Promis, Top-Sportler und Konzernchefs haben bei ihm das Jonglieren sowie den Umgang mit mentalen Kräften gelernt. So auch

u.a. Oliver Bäte, Vorstandsvorsitzender der ALLIANZ SE, der sein Einzeltraining mit Ehlers sogar aufzeichnen ließ, um das Video seinen 350 Führungskräften bei einer Tagung zu zeigen. Die Botschaft dahinter: Beim Jonglieren-Lernen geschieht genau das, was im Change-Prozess passieren wird - man muss sich auf Neues einlassen und wird Rückschläge erleben. Aber es gibt auch dieses Glücksgefühl, wenn man es gemeistert hat.

Stephan Ehlers und sein Jonglier-Lernsystem REHORJUL® lassen sich sehr flexibel für Tagungen einsetzen. Egal ob 20, 200 oder 2.000 Teilnehmer, mit oder ohne Vortrag/Keynote. Ehlers hat in den vergangenen 20 Jahren viele namhafte Firmen um Kreativität, Know-how und Ergebnisse bereichert. Er ist u.a. Mitglied der German Speakers Association (GSA), Top100-Entertainer bei Speakers Excel-

lence sowie Autor mehrerer Bücher. Sein Jonglier-Lernsystem wurde in zehn Sprachen übersetzt.



Motivator & Jonglör Stephan Ehlers
Kontakt über FQL: (089) 17 11 70 36,
info@fql.de – Videos: www.fql.de.



SAT.1
2-Min-TV-Beitrag
ansehen

**Weltrekord: 24 Anfänger
lernen in nur 7 Minuten
das Jonglieren mit
3 Bällen.**

ALTES WISSEN

ÜBERS Jonglieren

Unser Experte:
Stephan Ehlers, 60; erfand »Rehöruli«, ein Jonglier-Lernsystem. Damit brachte er in zehn Minuten 119 Laien das Jonglieren bei. Weltrekord! Der Jongliertrainer und Moderator lebt in München



Aufgezeichnet von
Fillpa Lessing
Foto
Jens Schwarz



Zeit-Wissen
Beitrag
abrufen
(PDF 1 Seite)

Alles begann bei einem Seminar, das sehr kompliziert die digitale Zukunft erklärte. Ich hatte meine Jonglierbälle dabei und wollte in der Pause zeigen, dass ich kein Dummkopf bin. Die Bälle haben mir in dem Moment geholfen zu veranschaulichen, was ich denke. Dabei entstand die Idee, Jonglage in meine Vorträge einzubauen.

Auf die Bühne wollte ich nie: Man trainiert und trainiert, und immer gibt es jemanden, der besser ist. Mir macht es Freude, anderen Jonglieren beizubringen. Wenn ich frage, ob sie es lernen möchten, lehnen die meisten ab. Ihr Gehirn erkennt die Hände, drei Teile – bin ich blöd? Doch die meisten geraten in die Irre. Alle positiven Erfahrungen sind Gehirntraining.

wusst strengt man sich an, bückt sich, braucht viele Versuche. Der Erfolg des Jonglierens liegt in der Zukunft, und die kann sich das Gehirn nicht vorstellen.

Ich beginne immer mit einem oder mit zwei Bällen. Das Problem sind die Überkreuzwürfe: Der erste Ball fliegt hoch, aber der zweite wird unter Stress nur noch übergeben. Eine gute Übung: Eine Hand malt vor dem Oberkörper ein O in die Luft. Die andere Hand wirft, ebenfalls vor dem Oberkörper, einen Ball hoch und fängt ihn wieder auf. Der Sinn der Übung besteht darin, dass das Gehirn die Überkreuzbewegung trainiert, ohne gleich mit zwei fliegenden Bällen beschäftigt zu sein. Wichtig ist: Wenn du eine Übung mit rechts kannst, musst du sie mit links neu lernen. Und umgekehrt auch. Jeder lernt anders, mal bei seinem Nachbarn zuzugucken kann ein Aha-Erlebnis sein.

Jonglieren erhöht die Plastizität des Gehirns auch im hohen Alter. Solange der Ball in der Luft ist, hat das Gehirn Stress: Hochwerfen – oje, fangen – puh! Wer den Ball fängt, fühlt sich besser. Parkinson-Patienten fehlt Dopamin, Jonglieren bringt Dopamin. Bei Demenz verhindert die Verbindung aus Bewegung und kognitiver Aktivität, dass Gehirnzellen absterben. Bei gesunden Menschen hilft Jonglieren gegen Stress: Das Gehirn achtet nur darauf, dass der Ball nicht herunterfällt, und wird so entlastet. Beide Gehirnhälften sind aktiv: Wir handeln, denken und fühlen gleichzeitig, 60 Sekunden reichen, um wieder aufmerksamer zu sein.

Was ich gern ändern würde: Jonglieren sollte Pflichtfach in der Schule werden.

Was viele nicht wissen: Schon bei Dreijährigen fördert das Werfen und Fangen Konzentration und Geduld.



Beitrag
abrufen
(PDF 1 Seite)

...am Sonntag, 4./5. Juni 2016

Gesunde Luftnummer

Gabriela und Stefan Ehlers: Jonglieren ist eine spezielle Art der Meditation. Von René Gralla

Wird Stephan Ehlers mal wieder eingeladen, um vor einer Betriebsversammlung zu sprechen, über die Folgen einer Fusion und was das eventuell für den Einzelnen bedeutet, hält er irgendwann gerne seine Bälle raus. Und fragt: «Wer traut sich zu, in 30 Minuten Jonglieren zu lernen?»

Die Anwesenden zögern meist mit einer Mischung aus Verblüffung und Unglauben. Meilen sich aber die einen vier oder fünf Freiwilligen, ziehen auch andere nach. Am Ende sind es oft mehrere Dutzend, und der Saal, in dem zuvor besorgte Gesichter dominiert haben, ist vor Begeisterung.

Jonglieren zwecks Beschäftigung und Einfließen angesichts drohender real-kapitalistischer Rationalisierung und dröhnender Wegrationalisierung? Ein naheliegender Einwand, den Stephan Ehlers in dieser plakativen Form trotzdem so nicht stehen lassen würde. Schließlich verdienen die 55-jährige Münchner seine Brötchen als Unternehmensberater, und die Jongliererlagen sind keine Mühsal zwischendurch. Sie sollen, so Ehlers, Mutige anspornen, die zu ihm aufs Podium steigen: «Die Leute merken, das sie etwas schaffen, was zuvor niemand von ihnen auf dem Zettel hatte.» Das könne helfen, Ängste zu überwinden, und setzen Energien frei, die in künftigen Krisensituationen mobilisiert werden können, analysiert er.

Jonglieren, der perfekte Memortrainer im neoliberalen 21. Jahrhundert? Die überraschende Karriere einer traditionellen Kunst, die im Mittelalter abgelehnt wurde als höchst diebische Gaukelei? Denn einst waren sitzstrenge Künstler solcherart Ansehen vor, einer heidnischen Moral zu trotzen. Typisch ist das Verdikt eines prozentualischen Christen: «Quid mesures ex plus novum, dixerat juggle o lae-re!», übersetzt: «Was kann eine schönere Beschäftigung sein, ein Jongleur oder ein Dieb zu sein?» Ein harscher Urteil, das Stephan Ehlers und Frau und Partnerin Gabriela im nd-Gespräch blieb festhielt zur Kenntnis nehmen. Die zwei haben parallel zu ihren Beraterjobs in der Wirtschaft in München eine Jongliewschule aufgebaut. Denn liegt es Jonglieren anerkennen als eigenständige Kunstform.

Und es ist noch viel mehr. Etwas, was man lernen kann, das gleichzeitig mit mehreren Ob-



Früh übt sich, ...



... was wie die Ehlers Meisterin und Meister werden will.

jekten, die in die Luft geschnitten werden – im Standardprogramm Bälle, Reifen oder Ringe – später die Gesundheit der Aktiven, Jonglieren fördert räumliches Vorstellungsvermögen und Reaktionsgeschwindigkeit. «Läcke und rechte Gehirnhälfte werden gleichmäßig beansprucht, deswegen besser durchblutet und mit Sauerstoff angereichert», fördert Stephan Ehlers. Es handelt sich also um eine gesunde Luftnummer, für die das virtuose Ehepaar Ehlers ganz rätselhaft noch mehr Fans gewinnen möchte. Am 10. Juli 2016 starten die beiden in München einen Weltrekordversuch. Anfänger sollen in sensationellen zehn Minuten lernen, mit drei Bällen zu jonglieren.

Klingt ziemlich unwahrscheinlich in den Ohren von Zweiflern, die wie der Autor bereits Schwierigkeiten haben, einen einzigen Ball halbwegs unter Kontrolle zu kriegen. Tatsächlich aber dürfen alle Interessierten, die genügend Ausdauer mitbringen und willens sind, das ewige «nein» Schweischnadel zu überwinden, im Jonglieren im Ergebnis pechlos, versichert die Ehlers.

Alles beginnt ganz einfach. Ein Ball genügt zunächst. Den müssen Neulinge werfen und fangen, erst links, dann rechts, hin und her, erläutert Stephan Ehlers. Die nächste Stufe: Zwei Bälle kommen ins Spiel, einer fliegt, der andere ruht für Sekundensbruchteile in der Hand, und umgekehrt. Stufe drei: die Bälle werden über Kreuz geworfen, usw., auf.

Unmerklich verwandelt sich «sehen dabei in Fühlen», resümiert Stephan Ehlers. Der Blick folge nicht mehr den Flugbahnen der Bälle: «Profis gucken geradeaus, und zwar dorthin, wo die Dämer nach den Gesetzen der Physik runterkommen.» Und die Bewegungen der Hände rutschen vom Bewusstsein ins Unbewusste, vergleichbar etwa den Lernprozessen beim Radfahren, Schwimmen, Musizieren.

Seine Liebe für den Tanz der Teile in der dritten Dimension hat bei Ehlers vor 30 Jahren begonnen. Er war eigentlich das Ergebnis eines Gelegenheitskaufs, erinnert er sich. Ohne viel Materieplan im Hinterkopf erwarb er ein paar Bälle und brachte sich autodidaktisch das Jonglieren bei. Aus reiner Neugier, ob er das schaffen würde. Und jetzt, in der Gegenwart, steuert er für den Weltrekordversuch.

pell, überdies die nächste Steigerung an, aus dem schreitbar schwerelosen Quinnet mit einem weiteren Ball ein Sextett zu machen.

Was bringt ihm das Jonglieren persönlich? «Es wirkt rausgerollt vom messigen Alltag, du denkst einfach nicht mehr. Das ist eine wunderbare Entspannung.» Auf diese Weise finde er innere Ruhe, schwärmt Stephan Ehlers. Jonglieren sei gewissermaßen eine spezielle Art der Meditation, schwingvoll und fokussiert, ohne den Geist zu belasten. So dass dieser Sport gerade auch in Schulbereich verankert eingesetzt werden sollte, wünscht sich der Münchner. Und denkt an eine neue, besondere Zielgruppe: die ADHS-Kinder. Regelmäßiges Jonglieren könne ihnen beibringen, sich auf neue Aufgaben zu konzentrieren, möglichst ohne Medikamente.

Die wirbelnden Bälle können auch ein Gravitationsfeld schaffen, bei Kindern Les- und Schreibschwächen zu therapieren, erzählt der Jonglierlehrer, und erläutert: «In acht von zehn Fällen verrutschen den Betroffenen beim Lesen die Buchstaben, und die Augen nehmen Texte maximal verschwommen wahr. Da Jonglieren die Augen optimal trainiert, werden die Sehnerven gestärkt – und plötzlich fällt das Lesen deutlich leichter.» Ganz abgesehen davon, dass Jonglieren die Verdichtung der grauen Substanz im Gehirn umgibt.

Die einmaltis verpörrt Ditzziphs der linken Finger hat sich offenbar zum Problemloser in mancherlei Lebenslagen emanzipiert. Mit einer Ausnahme: Ungezähmt fleißiger Jüggler hat Stephan Ehlers ein persönliches Handicap höher nicht eliminiert können: «Obwohl Rhythmusgefühl zwingend zum Jonglieren gehört, stelle ich mich beim Tanzen gewöhnlich ungeschick an», gesteht der Meisler. Sitzt er an Schlagzeug und Trommel, halte er mühselos den Takt, aber das höre auf «unserhalb des Bauchnabels», berichtet er lachend.

Selbst ihm. Zum Ausgleich verhilft der Jonglierguru mit seinem anderen Trick: An Stelle von Bällen, Bällen, instrumentiert er sich mit aus Schmeibesen. In jedem Tag...

17.10.2016

Rechts – hoch – runter – links

An der Sankt-Anna-Grundschule im Lehel lernen Schüler und Lehrer die Kunst der Jonglage. Der artistische Umgang mit zwei und mehr Bällen soll das Gedächtnis fördern und die Gehirnleistung dauerhaft verbessern

VON ANN-KRISTIN SCHMITTGALL

Altstadt/Lehel – Mehr als 1000 Bälle werden in den nächsten Wochen durch das Schulhaus und die Turnhalle der Sankt-Anna-Grundschule im Lehel fliegen, 320 Schüler werden während ihrer Pausen und Nachmittagsprogramme die Jonglage üben. „Bis Weihnachten sollen es dann alle Erst- und Zweitklässler mit zwei und alle Dritt- und Viertklässler mit drei Bällen können“, erklärt Schulleiterin Myriam Lösch.

Zunächst müssen die Lehrer ran, denn sie sollen den Kindern das rhythmische Werfen und Fangen beibringen – und müssen es deshalb zunächst einmal selbst lernen. Die Mitglieder des Kollegiums trainieren mit den Leitern der Jonglierschule München, Stephan und Gabriele Ehlers, die das Schulprojekt fachlich begleiten. Eine der wichtigsten Regeln der Jonglage bringt Stephan Ehlers den Sankt-Anna-Lehrern gleich zu Beginn ihrer ersten Übungsstunde bei: „Die Bälle nicht mit den Augen verfolgen, aber immer auf Augenhöhe werfen.“

Trainer Stephan Ehlers, der auch auf der Bühne des GOP-Variete-Theaters an der Maximilianstraße auftritt, lehrt das Jonglieren mit einer Methode, die er selbst entwickelt hat. „Rehoruli“ heißt sie und ist auf Einsteiger ausgerichtet. Mit seinem Lern-System hat es Ehlers geschafft, 119 Anfängern in nur zehn Minuten das Jonglieren beizubringen. Die Aktion auf dem Königsplatz während des diesjährigen Sportfestivals war ein Weltrekord – wenn auch inoffiziell.

Die Sankt-Anna-Schüler haben da etwas mehr Zeit: Bevor sie mit Werfen und Fangen beginnen können, steht im Werkunterricht zunächst das Basteln der Jonglier-Bälle an. „Mit selbst gebastelten Bällen ist der Anreiz, Jonglieren zu lernen, gleich viel größer“, sagt Myriam Lösch. Wie man die Wurfwerkzeuge herstellt, können sich die Lehrer ebenfalls von den Profis abschauen: Zum Auftakt des Projekts hatte ihnen Gabriele Ehlers gezeigt, wie sich Luftballons, Leinsamen und Tesafilm zu bunten Bällen formen lassen.



Nicht leicht: Schulleiterin Myriam Lösch im Training mit Stephan Ehlers. FOTO: HAAAS

Die Lehrer für Jonglage wollen mit dem Projekt nicht nur die Freude an ihrer Passion weitergeben: Sie wollten auch dem „Hauptfach Sitzen“ in der Schule entgegenwirken und über die persönlichkeitsbildenden Aspekte der Jonglage aufklären, sagt Stephan Ehlers. Der Motivationstrainer be-

schäftigt sich seit vielen Jahren mit der Funktionsweise des Gehirns und ist unter anderem Mitglied der Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement (AFNB). Jonglieren ist seiner Meinung nach ein Wundermittel, um in der Schule oder im Berufsleben erfolgreich zu sein: „Beide Gehirnhälften werden gleichzeitig gleichermaßen beansprucht.“ Diesen Effekt lösen andere Aktivitäten nur schwer aus: „Beim Jonglieren muss man handeln, denken und fühlen gleichzeitig. Deshalb fördert es beide Gehirnhälften so enorm.“ Für dieses Phänomen steht auch „Rehoruli“, der Name von Ehlers Jonglier-Methode: „Zunächst kann niemand etwas mit dem

Wort anfangen, da nur das Sprachzentrum aktiviert ist. Sobald man dem Gehirn ein Bild dazu liefert – also auch die zweite Gehirnhälfte bedient – besteht die Chance, zu erkennen, was gemeint ist“, erklärt Ehlers. Dabei wirft er einen Ball mit der rechten Hand hoch und lässt ihn in seine linke fallen. Rechts – hoch – runter – links. Kurz gesagt: Rehoruli.

Am 15. November zeigen die Kinder in der Turnhalle ihre Tricks

Die Bewegungen steigerten die Sauerstoff-Zufuhr, der Körper stöße das Glückshormon Dopamin aus, erklärt Ehlers weiter. Der Effekt: Das Gehirn arbeitet leistungsfähiger, durch die aktivierten Nervenverbindungen werde die Gehirnleistung verbessert: „Deshalb ist Jonglieren auch ein Mittel, um im Alter Demenz vorzubeugen.“ Sein Wissen zieht der Jongleur aus unterschiedlichen Fachstudien, die einen Zusammenhang von Bewegung und leichtem Lernen nachweisen.

Auch die Sankt-Anna-Grundschüler soll das Werfen und Fangen der Bälle nun in ihrem Schulalltag unterstützen. In erster Linie gebe es nicht um die handwerkliche Perfektion, erklärt Ehlers. Vielmehr sollen die Kinder das Jonglieren für sich als Methode entdecken. Als Methode, um die Konzentration zwischen zwei Unterrichtsstunden wieder zu steigern oder die Aufnahmefähigkeit während des Vokabellernens. Diese Botschaft wollen die Jongleure während einer Show vermitteln, die in vier Wochen, am 15. November, in der Schulturnhalle als Höhepunkt des Jonglier-Projekts auf dem Programm steht.



Beitrag abrufen
(PDF 1 Seite)



FQL - Kommunikationsmanagement

Immer am Ball



Im März 2012 fand in der Münchner BMW-Welt ein außergewöhnlicher Jonglier-Event statt. Viele Teilnehmer strömten zu dieser Veranstaltung, denn der Motivationstrainer und Profijongleur Stephan Ehlers wagte dort einen neuen Jonglier-Weltrekordversuch. Innerhalb von 30 Minuten sollte 580 Jonglieranfänger gleichzeitig das Werfen und Fangen dreier Bälle beigebracht werden. Der Versuch scheiterte knapp. So blieb es beim alten Weltrekord, dessen Inhaber Stephan Ehlers jedoch trotzdem ist, denn in der Vergangenheit erzielte er bei einer Mitarbeiterveranstaltung seine aktuelle Bestmarke von 264 Parallel-Jongleuren. Doch Ehlers bringt anderen Menschen nicht nur in kürzester Zeit das Jonglieren bei, übrigens nach dem Jonglier-Lernsystem „REHORULI“, das er selbst entwickelt

hat, auch sonst hält er in seiner Berufsausübung viele Bälle gleichzeitig in Bewegung. Er ist Jongliertrainer des GOP Variété Theaters München, wird von namhaften Firmen als Moderator bei Mitarbeiter-Events oder Kundenveranstaltungen gebucht, agiert mit Business-Jonglagen auf Messständen, ist Keynote-Speaker, Comedy-Redner, und veranstaltet Workshops zum Thema Kommunikation und Motivation. Die Vorzüge des Jonglierens, die Förderung von Konzentration, Beweglichkeit und Ausdauer, macht Ehlers sich auch in seiner Funktion als Motivationstrainer bei „FQL – Kommunikationsmanagement für Motivation, Begeisterung & Erfolg“ zu Nutze. In einer zunehmend von Krisen und Veränderung geprägten Berufswelt fordert Ehlers dazu

auf, „die Kugeln selbst in die Hand zu nehmen“ und versucht, Menschen durch das Jonglieren schrittweise den konstruktiven Umgang mit Unsicherheiten zu vermitteln. Auf Tagungen hält er Vorträge über das „Jonglieren lernen in Rekordzeit“ oder „Jonglieren im Business, aber richtig!“ und erläutert Führungskräften aus dem Personalwesen, was die Jonglierhülle mit ihrem Job zu tun haben, was geschieht, wenn man beim Jonglieren oder im Job zu viel Druck ausübt. Ein Ball symbolisiert das Unternehmen, ein anderer den Mitarbeiter und ein dritter Jonglierball den Konkurrenten. Anschließend wird all das in Bewegung gebracht, und in den Köpfen der Teilnehmer entstehen Bilder, die am Ende taufen bleiben. Potenzielle Auftraggeber klärt Ehlers früher im Vorfeld darüber auf, dass



Beide Beiträge abrufen (PDF 1 Seite)

Rehoruli – und Jonglieren ist kein Problem

23.06.2005

64 Thüringer erlernten gestern in Weimar binnen 55 Minuten die hohe Meditations-Schule

Alles ballaballa oder wie? Wer gestern ins Quality-Hotel kam, hätte es vermuten können. Denn dort warfen 189 AOK-Mitarbeiter mit Bällchen um sich. Allerdings mit einem heeren Ziel.



WEIMAR (ul). Es kam völlig überraschend: Mitten im schönsten Motivationsstraining hieß es für 189 AOK-Mitarbeiter aus ganz Thüringen gestern: So, jetzt stehen Sie einen Zieltest bei

stehen. Sie lernen sofort alle jonglieren. Trainer Stephan Ehlers setzte noch eins drauf: Es geht heute um die Überbietung des Weltrekords. Nach

Berlin und München wollte der Münchner Entertainer in Weimar seine eigene Bestmarke toppen: Mindestens 100 Teilnehmern, alles Anfänger, in 55

Minuten das Jonglieren mit drei Bällen beibringen. Mit dem Erfolgssystem Rehoruli gelang dies immerhin 64 der AOK-ler. Und auch das reichte

für einen neuen Weltrekord. Als Ehlers vor zwei Jahren startete, führte er 54 Anfänger in 60 Minuten in die Jonglier-Kunst ein. Während die Teilnehmer ihre Unkenntnis im Jonglieren zuvor mit Unterschrift beurkunden mussten, wurde das Beglaubigen des Rekordes volkstümlicher gehandhabt. Es gab keinen Notar, aber 189 Augenzeugen, sagte Ehlers. Als kleines Anzeichen konnten diese Erfolgsrezept Rehoruli nennen: recht Rehoruli – das



Wer jongliert, kann besser rechnen

KINDERUNI Ist Sport auch eine Art Jogging fürs Gehirn? „Nicht automatisch“, erklärt Prof. Petra Jansen. Manche Sportarten fördern aber das Denkvermögen.

VON FLORA JÄDICKE, MZ

REGENSBURG. Ist „Sport auch Jogging für das Gehirn?“ Das war die große Frage in der fünften Vorlesung der Kinder-Uni. Aber noch viel mehr fragten sich die Juniorstudenten: Was ist, wenn Bewegung und Sport wirklich schlauer machen? Sind dann Schweinsteiger, Müller und Podolski die Schlauesten im Land, weil sie soviel herum laufen?

Ganz so einfach ist es nicht, erklärte Sportwissenschaftlerin Prof. Petra Jansen. Denn wer viel Sport macht, wird nicht automatisch ein Mathe-Genie. Aber es gibt Sportarten wie das Jonglieren, die verbessern die Fähigkeit, sich etwas räumlich vorzustellen und damit auch die mathematischen Fähigkeiten.

Viele Untersuchungen an Menschen haben bewiesen, dass Bewegung die Leistungen des Gehirns verbessern kann. Beim Ausdauersport etwa, erklärt die Professorin, wird das Gehirn viel besser durchblutet und neue Nervenzellen werden gebildet. Die Bewegung fördert also die Kognition des Gehirns. Schwieriges Wort. Aber solche Kognitionen sind nichts anderes als die Fähigkeiten: Dinge wahrzunehmen, Sprache, Denken, Problemlösen, ein gutes Gedächtnis zu haben.

„Prima“, dachte sich Stephan Ehlers, ein Profi-Jongleur, der in die Kinder-Uni gekommen war und sieben Kindern in zehn Minuten das Jonglieren beibrachte. Einige Kinder waren auch schnell geschickt.



Da staunten die Nachwuchs-Studenten: Manche Sportarten fördern auch das Gehirn.

Foto: altfoto.de

gen harmonisch miteinander zu verbinden. Ausdauersport fördert Aufmerksamkeit. Und wer jongliert, kann besser räumlich denken.

Um das zu beweisen, haben Forscher ein Experiment gestartet. Eine Gruppe lernte Jonglieren, die andere nicht. Jede Gruppe musste Aufgaben lösen. Dann wurde das Gehirn der Menschen in einer großen Röhre durchleuchtet. Und die Forscher haben entdeckt: „Wer jongliert, kann besser räumlich denken.“

„Prima“, dachte sich Stephan Ehlers, ein Profi-Jongleur, der in die Kinder-Uni gekommen war und sieben Kindern in zehn Minuten das Jonglieren beibrachte. Einige Kinder waren auch schnell geschickt.

unter www.rehoruli.de nachlesen.

Das Zauberwort heißt „Rehoruli“, erklärt Ehlers den Kindern auf der Bühne. „Häh“ raunt es auf allen Plätzen. Das merkwürdige Wort ist der Schlüssel zum schnellen Lernen.

„Es kommt darauf an, dass beide Gehirnhälften verstehen, worum es geht und zusammenarbeiten“, erklärt er. Dann kann man jonglieren. Für das Wort „rehoruli“ ist die linke Hälfte zuständig. Sie verarbeitet Zahlen, Sprache, Daten und Fakten. Die rechte bearbeitet Bilder, Emotionen und Gefühle zum Beispiel. Wenn die linke Seite jetzt „gar nichts mehr versteht“, fragt sie die rechte Gehirnhälfte. Aber die versteht „rehoruli“ erst recht nicht. Also fallen die Bälle runter.“

halb erklärt man der rechten Hälfte die Sache mit Bildern. Rechte Arm hoch und linker Arm runter, macht er vor. „Aha!“, sagt sich die rechte Hälfte und funkt ihr neues Wissen gleich an die linke weiter. „O.K. alles klar! Rechts hoch, runter links. „Rehoruli, sag ich doch“, funkt die Linke zurück. Und schon fliegt der Ball eine schöne Kurve und wird gefangen. „Super“, sagt Franziska.

„Sport bringt unser Gehirn auf Vordermann“, bestätigt Prof. Petra Jansen. „Deshalb statt mehr Unterricht, mehr Sport machen“, sagt sie.

→ Die letzte Kinderuni findet am nächsten Dienstag von 17 bis 17.45 Uhr im Audimax statt. Dr. Christian Blum, Kanzler der Uni, wird dabei sein.



Jonglieren

Wer die kleinen Bälle durch die Luft wirbelt und wieder fängt, tut viel für seinen Körper – und vor allem für seinen Geist. Denn beim Jonglieren arbeiten beide Gehirnhälften eng zusammen. Linke und rechte Gehirnhälfte sind über einen Balken verbunden, der aus 300 Millionen Nervenleitungen besteht. Beim Jonglieren wird diese Region besser durchblutet und das Wachstum neuer Nervenzellen angeregt. Wie gut regelmäßige Jonglage dem Verstand tut, fanden Neurologen der Uniklinik Hamburg-Eppendorf 2008 bei einer Studie heraus: Bei Jongleuren, die drei Bälle länger als 60 Sekunden in der Luft halten konnten, hatten sich einige Hirnregionen vergrößert. Darunter diejenige, die fürs Lernen und für die Wahrnehmung von Bewegungen im Raum zuständig sind. Entfällt das Training, bilden sich die Bereiche wieder zurück. Ob in der Pause im Büro oder beim Picknick im Freien – Ideal sind fünf bis zehn Minuten pro Tag.

Gut leben mit DIABETES

4. Juli 2024
Doppelweltrekord:
196 Anfänger lernen gleichzeitig in **20** Minuten das Jonglieren mit drei Bällen und **466** in **30** Minuten.

QR-Code scannen und RTL-TV-Beitrag ansehen



Die Ergebnisverkündung des Weltrekordversuches durch den Notar wurde von RTL live übertragen.



20.04.2006

tz DONNERSTAG, 20. APRIL 2006

München

Am Sonntag auf dem Frühlingsfest

Die tz macht Sie zum Jonglage-Weltrekordler ... aber nur, wenn Sie es bis jetzt noch nicht können



Schon Sie auch so gerne jonglieren, Akrobatik und Magie zu? Welchen Sie schon immer mal einen der Kunststücke lernen, um fasziniert das Publikum auf dem Theresienwiese?

Die wichtigste Info zum Frühlingsfest: In diesem Heft gibt es ein tolles Angebot. In allen tz-Redaktionen...



Der Mai-Wiese ist schon aufgehört...

Übrigens: Menschen sind sich gleich doppelt für die, die sich bei einem Sonntag verschieben, ist ja ein bei Publikumsgewinn...

Jonglier-Tipps So lernen Ihre Bälle fliegen!

- Jedes kann jonglieren lernen! sagt Prof. Stephan Elbert, Fachlehrer für alle Formen der Künste...
- Die ersten drei Bälle sind die wichtigsten. Sie müssen sich nicht ständig den Blicken bewegen...
- Die ersten drei Bälle sind die wichtigsten. Sie müssen sich nicht ständig den Blicken bewegen...

- Die ersten drei Bälle sind die wichtigsten. Sie müssen sich nicht ständig den Blicken bewegen...
- Die ersten drei Bälle sind die wichtigsten. Sie müssen sich nicht ständig den Blicken bewegen...



QR-Code scannen und VIDEO ansehen

Frühlingsfest startet mit Weltrekord

71 Menschen lernen zeitgleich in 33 Minuten das Jonglieren / Morgen Familientag

24.04.2006

tz München
Jonglier-Weltrekord auf dem Frühlingsfest! 71 Menschen haben am Sonntagmittag auf der Theresienwiese in nur 33 Minuten zeitgleich das Jonglieren mit drei Bällen gelernt.



geistern sich Norbert Metzger, Geschäftsführer der Veranstaltungsgesellschaft der Münchner Schausteller (VMS).



Geschäft: 71 Volksfestbesucher lernten in einer guten halben Stunde, wie man mit drei Bällen jongliert. Weltrekord



tz-Beiträge abrufen - PDF 2 Seiten

04.07.2023

münchen.tv

Reporter von München-TV lernt in 6:03 Minuten das Jonglieren mit 3 Bällen



TV-
Beitrag
ansehen
> 3-Min.

Mit drei Bällen ins Guinness-Rekordbuch

Einen ungewöhnlichen Weltrekordversuch will der Wahlberliner Stephan Ehlers am Sonntag, dem 23. November, in Kreuzberg wagen. Ziel: der Eintrag ins Guinness-Buch der Rekorde. Der Moderator und Jongleur wird versuchen, 55 Anfängern innerhalb von nur 55 Minuten zeitgleich das Jonglieren mit drei Bällen beizubringen. Mit dem Versuch will der 42-jährige

seinen bisherigen Weltrekord vom Juli schlagen. Damals gelang es ihm, 54 Teilnehmern in 60 Minuten die hohe Kunst des Jonglierens beizubringen. Seit zwei Jahren begeistert sich Ehlers für das Jonglieren und bietet im Wellness-Center „Holmes Place“ an der Friedrichstraße und in den Jonglier-Katakomben an der Monumentenstraße Jonglierkurse mit Geld-zurück-Garantie an.

Voraussetzung für die Teilnahme am Rekordversuch am 23. November: Mindestalter 16 Jahre und keinerlei Jongliererfahrung. Gebühr: 3,33 Euro. Die genaue Uhrzeit wird den registrierten Teilnehmern eine Woche vor der Veranstaltung am 23. November in den Jonglier-Katakomben, Monumentenstraße 24, bekannt gegeben.

Anmeldungen sind noch bis zum 18. November unter der Telefonnummer 45 60 62 96 oder über E-Mail-Adresse: info@nehoruli.de möglich.



Stephan Ehlers will sich ins Guinness-Buch jonglieren Foto: Kalkmann



Ergebnis-
Video
ansehen

9. Juli 2023 - **Weltrekord:**
57 Münchner lernen
gleichzeitig in **7** Minuten
das Jonglieren
mit 3 Bällen



Beitrag abrufen
(PDF 1 Seite)

Montag, 24. November 2003 **27 Berliner lernten in 44 Minuten jonglieren**

Weltrekord!



45 Berliner traten gestern zum Jonglieren an, 27 lernten es in Weltrekordzeit

Lernte jonglieren: Petra Dombrowski, 45, aus Reinickendorf

Ball-Artist Stephan Ehlers, 42, aus Reinickendorf

„Denken Sie nicht nach. Die Bewegung kommt automatisch - wie beim Radfahren.“ Eine knappe Dreiviertelstunde hat er nur. Dann sollen möglichst viele Teilnehmer das Jonglier-Gründeschema drauf haben: „Dritmal werfen, drei mal fangen.“

Jonny Kherhardt, 54, aus Neukölln gehörte gestern zu den 27 Berlinern, die in Rekordzeit jonglieren lernten: „Das hätte ich nie für möglich gehalten.“

28.07.2003 **Berliner Zeitung**



Beitrag abrufen
- PDF
1 Seite

Drei Bälle für den Weltrekord

Jongleur Stephan Ehlers lehrte 54 Laien in 60 Minuten die Kunst des Werfens und Fangens

von Dirk Göttsch

Das mit dem Fangen ist ja immer so eine Sache. Nur kommt es beim Jonglieren viel weniger auf das Fangen als auf das Werfen an. „Weg, weg, weg“, spricht Stephan Ehlers in das Mikrofon, das er sich vor den Mund geschraubt hat. Wenn man richtig wirft, fallen einem die Bälle auch von selbst wieder in die geöffnete Hand. Aber nur, wenn man die Arme schön auf Tallenhöhe hält und die Bälle in einer geraden Linie vom Nabel bis zur Nasenspitze schießen. „Es ist ganz einfach, man darf nur nicht dabei denken“, sagt Ehlers. Denn vor einem Gedanken an die Abfolge von werfen, schauen, fangen verschwendet, kommt aus dem Rhythmus. Dazu donnern die Bälle auf die Erde. 77 Männer, Frauen und Kinder waren gestern in die Kreuzberger Jonglierschule „Jonglierkatakomben“ gekommen, um innerhalb von nur 60 Minuten zu lernen, wie man drei Bälle gleichzeitig in Schwung halten kann. 54 von ihnen erreichten das ehrgeizig gesteckte Ziel. Damit ist Stephan Ehlers ein Eintrag ins Guinness-Buch der Rekorde sicher.

Schon seit zwei Jahren bietet der 42-jährige Kommunikations- und Motivationstrainer Schnellkurse nach einer selbst entwickelten Methode an. Er bringt kleinen Gruppen das Grundprinzip des Jonglierens bei, übt erst die Bewegung der Arme, der Hände und das Werfen. Zunächst wird mit zwei Bällen jongliert, erst zum Schluss mit diesen.

Jonglieren trainiert die Wahrnehmung, Koordination, Ausdauer, Belflexe und die Muskulatur. „Es ist eine sehr gute Übung für die linke und die rechte Gehirnhälfte“, sagt Ehlers.

Nach dem Versuch ist er ein wenig verschweisst. „Die Qualität der Teilnehmer war besser als erwartet“, sagt er. „Die Leute waren konzentriert und wir konnten zwölf Durchgänge machen.“

Wolfs Kleinmann aus Charlottenburg gehört nicht zu denen, die am Ende einen roten Punkt an ihrer Teilnehmerstatistik kleben haben. Auch ein Zertifikat bekommt sie nicht. Ihn ist es nach den 60 Minuten nicht gelungen, den dritten Ball in den Griff zu kriegen. Dabei war es für sie kein Problem, zwei der bunten Lederbälle in Schwung zu halten. „Aber drei Bälle - das war einfach ein Ball zu viel“, sagt sie. „Jetzt fühle ich mich, als sei ich durch eine Prüfung gefallen.“ Sie hatte nicht gedacht, dass sie während des Schnelldurchgangs scheitern würde. Für Ehlers ist das kein Grund, das Jonglieren aufzugeben. „Wer Fahrrad fahren kann, kann auch jonglieren“, sagt er.

Die Herausforderung für den Rekordversuch hatte sich Ehlers zunächst höher gesteckt. Ursprünglich sollten 111 Menschen teilnehmen. „Beim bisherigen Rekord haben gerade mal 30 Leute mitgemacht“, sagt er. Dass es nun nur 77 waren, lag daran, dass der Werbebereich in Kreuzberg nicht genug war.

Münchner Merkur

27.10.2004

Beitrag abrufen
(PDF 1 Seite)



Beitrag abrufen
(PDF 1 Seite)

Münchner Merkur

Nov. 2015

NACHGEFRAGT

Warum Flüchtlingshelfer Jonglieren lernen sollen

Germering – Kostenloses Jongliertraining für Flüchtlingshelfer – dieses Angebot gibt es kommende Woche in der Stadthalle. Organisator ist Stephan Ehlers (54). Der Münchener betreibt eine Jonglierschule in Nymphenburg. Was der Kurs bringen soll, erklärt Ehlers im Interview.

■ **An wen richtet sich die Einladung zum Training?**
Willkommen sind Menschen, die sich aktiv für Flüchtlinge

engagieren – egal ob ehrenamtlich oder beruflich.

■ **Was werden die Teilnehmer lernen?**
Zunächst werde ich kurz erklären, wie sich Jonglieren auf Körper und Geist auswirkt – nämlich sehr positiv. Dann werden wir Bälle bauen, also Luftballons mit Hirse befüllen. Dann werde ich den Teilnehmern das Jonglieren beibringen, dafür habe ich eine eigene Strategie entwickelt.



Stephan Ehlers (54), Jongleur aus München. (FOTO: WEDERMAIER)

■ **Was sollen die Teilnehmer mit dem Erlernten hinterher anfangen?**

Es wäre schön, wenn die Helfer in Eigenregie kostenfreie Jonglierkurse für Flüchtlinge anbieten. Die Helfer sind ja bereits in irgendeiner Organisation tätig und haben Kontakt zu den Asylbewerbern.

■ **Warum ist Jonglieren sinnvoll für Helfer und Flüchtlinge?**

Für die Asylbewerber ist es in

erster Linie ein Zeitvertreib. Außerdem kann man schnell Fortschritte machen und hat dadurch wichtige Erfolgserlebnisse. Aber man tut auch was für's Gehirn – ganz unbewusst. Beim Jonglieren werden beide Gehirnhälften aktiviert. Und weil es nicht ganz einfach ist, muss man alles um sich herum vergessen, abschalten. Das dient zum Stressabbau. Und da sind wir bei den Helfern. Die haben meistens ziemlichen Stress.

■ **Wie kam Ihnen die Idee mit diesen Kursen?**
Wir wollen in der Flüchtlingskrise helfen. Weil wir solche Kurse bereits erfolgreich in stressgeplagten Unternehmen abhalten, kam uns die Idee. Germering ist die Premiere.

■ **Der Jonglierkurs für Helfer**
ist am Mittwoch, 11. November, von 17.30 bis 21.00 Uhr in der Stadthalle Germering unter der Leitung von Stephan Ehlers für Flüchtlinge und Helfer.



„Beim Jonglieren ist einem der Kopf nur im Weg“, erklärt Stephan Ehlers Merkur-Mitarbeiterin Carolin Müller seine Philosophie. (Foto: Schmal)

Der „Jonglator“ aus Nymphenburg

Wie man mit Geld-zurück-Garantie in 60 Minuten jonglieren lernt

VON CAROLIN MÜLLER

Nymphenburg – Nach Artistik sehen die Trockenübungen, die der Jongliermeister Stephan Ehlers anfangs vormacht, nicht gerade aus. Doch schon eine Stunde später soll man die Bälle in der Luft halten können. Ein ehrgeiziges Vorhaben. „Gut, und jetzt einfach mal hochwerfen“, motiviert Ehlers. Mehr als tausend Laien will er bereits in die Kunst des Jonglierens eingeweiht haben. Und er gibt sogar eine Geld-zurück-Garantie – das wollen wir ausprobieren.

Er ist der „Jonglator“, wie sich der Wahl-Nymphenburger Ehlers auf seiner Business-Karte vorstellt. „Rehoruli“ lautet die Formel seines Lehrerfolges. Klingt genauso kompliziert, wie man es sich

vorstellt, drei Bälle elegant durch die Luft zu wirbeln. Doch genau das sei das Geheimnis des Rehoruli-Lernsystems, versichert Ehlers: „Beim Jonglieren ist einem der Kopf nur im Weg.“ Die Kunst des Jonglierens könne man nicht verstehen, man müsse es einfach machen.

Also reden wir nicht lange, sondern legen los. Mit drei kleinen, bunten Bällen in der Hand macht man nach, was Ehlers vorführt – leichte Koordinationsübungen, deren Schwierigkeitsgrad sich Schritt für Schritt steigert. Noch jongliert man nicht, aber schon nach wenigen Sekunden stellt sich ein Gefühl ein, das in einschlägiger Ratgeber-Literatur wohl mit dem Begriff „Aktive Entspannung“ umschrieben wird. Gemeint ist damit ein

Zustand gelöster Konzentration, der sich durch die Koordination von linker und rechter Gehirnhälfte einstellt.

Ganz allgemein werden dem Jonglieren allerhand positive Wirkungen nachgesagt. Es soll nicht nur die Beweglichkeit, Ausdauer und Wahrnehmung verbessern, sondern bei regelmäßigem Training gar die Gehirnmasse wachsen lassen. Das jedenfalls haben Regensburger Neurologen in einem Versuch feststellen können.

Und ins Guinnessbuch der Rekorde kann man damit auch kommen. Zumindest, wenn man wie Ehlers diesen Sommer im Olympiapark 38 Anfängern in nur 33 Minuten das Jonglieren beibringt.

Obwohl Ehlers mit seinem Schnellkursprogramm Weltrekordhalter ist, ist man sich

nicht wirklich sicher, dass das geheimnisvolle Rehoruli-Prinzip bei einem selbst seine Wirkung haben wird – und dann tut man es trotzdem. Die Hände bewegen sich einfach und die Bälle – eins, zwei, drei – bleiben für kurze Zeit in der Luft. Zwar ist man deshalb noch keine Artist, aber wie bei vielen Dingen ist das Werfen wichtiger als das Fangen, das Loggen kommt vor dem Ankommen.

Wer selbst hinter das Geheimnis von Rehoruli kommen möchte, kann das am Sonntag, 31. Oktober, von 11 bis 12 Uhr an der Menzinger Straße 16 versuchen. Sollte es nicht klappen, gibt es die 18 Euro Kursgebühr zurück.

■ Anmeldung und Infos unter Telefon 089/17 11 70 36, oder www.rehoruli.de

Schüler machen Musik fürs Auge

Jonglage-Kurs | Nichts war's mit dem Weltrekord im Jonglieren-Lernen – aber die 130 Schüler haben als Nachwuchs-Balkünstler in der Turnhalle der Hofer Eichendorffschule trotzdem eine Menge Spaß.



Hoch die Bälle: 130 Schüler versuchen sich an der Kunst des Jonglierens. 15 von ihnen beherrschen in 22 Minuten die Grundlagen. Foto: gk

Hof – „Jonglieren macht Spaß, ist eine Bewegungskunst, die auch als Musik für das Auge bezeichnet wird. Jonglieren beansprucht fast alle Sinne.“ Stephan Ehlers aus München, Motivationstrainer und Jongleur, war am Freitag zu Gast in der Hofer Eichendorffschule, um mit den rund 130 Schülern der zweiten und dritten Klassen bei seinem Weltrekordversuch zu...

dabei das Werfen und Fangen von drei Bällen – die Grundbegriffe des Jonglierens – innerhalb von nur 22 Minuten lernen. Mit seinem eigens entwickelten Lernsystem „Reboru“ (rechts-hoch-runter-links) übten die Kinder wild drauf los.

Lederbälle gestiftet

Drei kleine handliche Lederbälle, gestiftet von der Sparkasse Hof, bekam jeder der Anfänger

in die Hand. In einzelnen Schritten übten sie mit einem Ball, warfen ihn von der linken in die rechte Hand. Das Gleiche versuchten sie dann mit zwei Bällen – was schon mehr Probleme machte, denn die Bälle durften ja nicht auf den Boden fallen. Nach einer Viertelstunde schließlich galt es, alle drei Bälle sicher in die Luft zu werfen und wieder geschickt aufzufangen. Spätestens da verließ die meisten Kinder die

Konzentration. Die Folge: Neben der Handarbeit kam noch das „Bedenkarnen auf allen Vieren“ hinzu.

Balljagd auf allen Vieren

Nach genau 22 Minuten hatte sich die Spree vom Weizen getrennt, will heißen, es galt zu prüfen, ob es einige der 130 Kids geschafft haben, tatsächlich ihren Jonglage-Grundkurs zu bestehen. Immerhin: Es wa-

ren fünfzehn Jungen und Mädchen, die die Kunst, drei Bälle zumindest mehrmals zu jonglieren, ohne sie auf den Turnhallenboden fallen zu lassen, beherrschten.

Dafür gab's von Ehlers und dem Chef der Eichendorffschule, Rektor Joachim Kroll, je eine Urkunde sowie kleine Geschenke, gestiftet vom Förderverein der Schule. Ein neuer Weltrekord allerdings wurde nicht aufgestellt. —gk



Beitrag
abrufen
(PDF
1 Seite)

Prominente, & Persönlichkeiten

**Jonglieren mit
Deutschlands
namhaftesten
Gehirn-Professoren**



**Stephan Ehlers macht Synapsen-Übung
mit Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer**



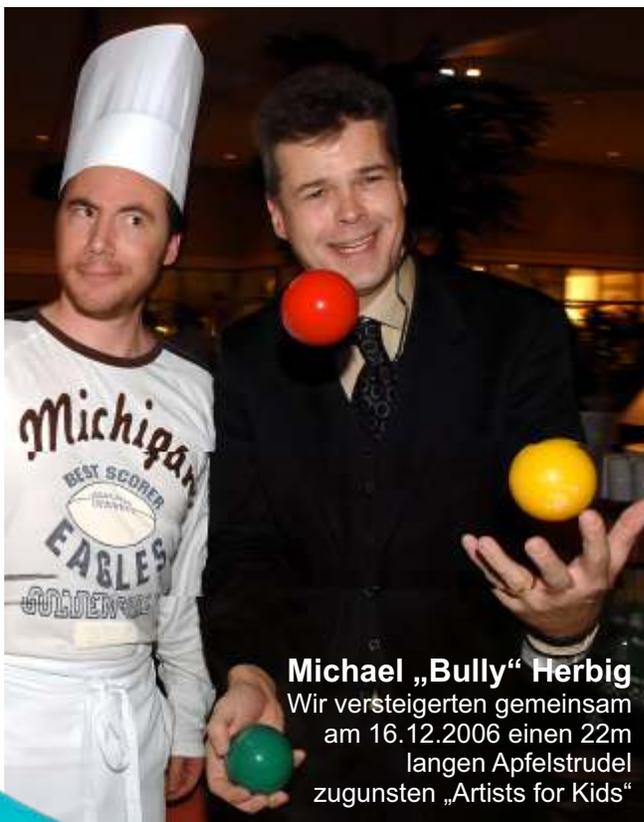
**Video
ansehen**



BDI-Präsident **Michael Rogowski** und Telekom-Chef **Dr. Ron Sommer** (1998)



Jürgen Fliege
TV-Moderator



Michael „Bully“ Herbig
Wir versteigerten gemeinsam
am 16.12.2006 einen 22m
langen Apfelstrudel
zugunsten „Artists for Kids“

Markus Merk
3 x zum Weltschidesrichter gewählt





Timo Hildebrand
National-Torwart 2007



Eberhard Ginger
Kunstturner - 2010 -

Birgit Fischer (Kanutin)

Nahm an 6 olympischen Spielen teil und gewann 8 Gold- und 4 Silbermedaillien. - 2004 -



Renate Künast
Aufgabe für die Bundesministerin bei einem Wahlkampf-Auftritt am 1.9.2004: Der grüne Ball (B90/Grüne) muss immer über dem gelben Ball (FDP) gehalten werden.





Jürgen Möllemann
- 1998 -



Rolando Villazón
Opernsänger, Regisseur
- 2021 -



Evelyn Binsack
Extrem-
Bergsteigerin
- 2022 -




Brigitte Zypries
Justizministerin
- 2004 -



Bernd Eichinger
Filmproduzent
und -regisseur
- 2009 -

Wolfgang Clement
war von 2002-2005
„Superminister“, d.h.
Bundesminister für
Wirtschaft und Arbeit



**Wolfgang
Clement**
- 2009 -



**Markus
Wasmeier**
- 2025 -

Seit 30 Jahren ist Stephan Ehlers selbständig aktiv – mit einer Mission: Menschen durch Jonglieren in Bewegung zu bringen, sie zu inspirieren und spielerisch neue Fähigkeiten entdecken zu lassen. -
Ziemlich genau vor 30 Jahren hat Markus Wasmeier bei den Olympischen Spielen in Lillehammer Sportgeschichte geschrieben – mit zwei Goldmedaillen! Am 22.02.2025 standen beide wieder auf einer Bühne – Und statt auf Skiern ging es diesmal ums Jonglieren! Ein wunderbares Erlebnis, das zeigt: Bewegung, Begeisterung und das Streben nach neuen Herausforderungen verbinden – egal, ob auf der Skipiste, der Bühne oder im Leben.

Auswahl Auftraggeber



Mercedes-Benz



SIEMENS



BOSCH



AIRBUS
CIMPA

axel springer



METRO



AIRBUS



GENERALI
Versicherungen

AVAYA



Deutsche
Telekom

Die Bahn



e-on

REWE



helvetia



BGMS

Berufsgenossenschaft
Metall Süd



Allianz



Deutsche
Rentenversicherung



AOK
Die Gesundheitskasse.



Kaufland



vodafone™



BARMER
Deutschlands größte Krankenkasse

ERNST & YOUNG



Sinn Leffers

FUJITSU COMPUTERS
SIEMENS



SPEAKERS
EXCELLENCE



PRIMONDO

DATA MODUL
MEDIA AND ENVIRONMENT SOLUTIONS



CISCO



Audi



Stephan Ehlers
Speaker, Moderator, Jonglator

Lannerstraße 5
80638 München

Telefon:
+49 (0)89 17 11 70 36

Mail:
info@Stephan-Ehlers.de

Web:
www.Stephan-Ehlers.de