

# Boxen und Führen

Video-Kurzinterview mit Trainer Bernd Wagner von HOMUNCULUS zu seinen Methoden

In seinen Workshops zeigt Bernd Wagner mit Parallelen aus der Welt des Boxens, wie man im Boxsport Flexibilität, Reaktionsschnelligkeit aber auch Standfestigkeit im Führungsverhalten üben und seine eigene Position finden und stärken kann.

*Video © HOGA:Co*

---

Revision #12

Created 4 April 2024 12:49:45 by Markus

Updated 12 June 2024 10:04:51 by Ulla