



Susi Heinz



Ulrike Wagner

# Echte Frauen-

In einer exklusiven Porträtserie bat **Gesundheit** Frauen zum Interview, deren Wirken nicht bloß durch ständige Präsenz in Hochglanzmagazinen beeindruckt. Hier ein kleiner Einblick, wie echte Frauen-Power im Alltag aussehen kann.

TEXT: ANDREA SCHNEIDER

Sie lächeln einem nicht unentwegt von den Society-Seiten der Boulevardpresse entgegen, und sie geben auch nicht ungefragt wohlgemeinte Ratschläge via TV oder Radio. Diese acht Frauen sind authentisch und im Alltag erfolgreich. Sie stellen Beruf und Berufung, Kompetenz und Kreativität in verschiedensten Lebensbereichen eindrucksvoll unter Beweis – und meistern den oft schwierigen Spagat zwischen Arbeit, Familie und Lebensqualität durch ihre ganz individuelle Lebensart.

## Susi Heinz, 43, Filmproduzentin, Sternzeichen: Krebs

Seit mehr als 17 Jahren schon ist Mag. Susi Heinz als Filmproduzentin, Regisseurin und Redakteurin tätig. Ihre Spezialgebiete sind „Business Movies“ für die Industrie, Messspots und Produktvideos. Erfahrung sammelte sie in über 500 Sendungen für ARD, ZDF und etwa 300 Sendungen für Pro7 sowie unzähligen Filmen für die freie Wirtschaft.

■ **Joballtag.** Seit sie 2001 ihre eigene Filmproduktionsfirma gründete, arbeitet sie oft nonstop und ist zudem viel unterwegs. Rastlos eilt sie von Drehort zum Interviewtermin – „heute in Basel, morgen in Hamburg oder Prag, manchmal komme ich erst gegen Mitternacht vom Dreh nach Hause und bin morgens gegen 4 Uhr beim nächsten Filmshooting.“

■ **Familie & Ausgleich.** Bei so einem Arbeitspensum widmet sie jede freie Zeit ihrer Familie. Ein wichtiger „Fitnessfaktor“ sei „Spielen oder Rollerfahren mit meinem kleinen Sohn Marinus“. Außerdem geht sie zur Wirbelsäulengymnastik oder in Step Aerobic: „Austoben bei Musik liegt mir mehr als diszipliniertes Gerätetraining.“ In ihrer Heimat, dem bayrischen Voralpenland, genießt sie die Natur am liebsten beim Rollerbladen oder Radfahren, im Winter ist Schifahren ihre große Leidenschaft. Doch auch die Psyche darf nicht zu kurz kommen: Entspannung findet sie durch Autogenes Training oder bei klassischer Musik und Jazz. **Tip:** [www.susiheinz.de](http://www.susiheinz.de)



Karin Theegarten



Elisabeth Wäger

# Power

## Ulrike Wagner, 55, Trainerin, Sternzeichen: Zwilling

Für die Wahlmünchnerin ist Kommunikation und Verkauf das A & O des Erfolgs. Die Absolventin der Cornell University School of Administration verfügt über langjährige Auslandspraxis und Erfahrung in fast allen Tourismusbereichen. Als Director of Sales & Marketing war sie bei internationalen Konzernen der Luxushotelserie erfolgreich tätig.

■ **Beruf & Werte.** Seit 1994 ist Ulrike Wagner Geschäftsführerin von „Target Concept“ und Business Partner von „Wilson Learning Worldwide“. Ihre beruflichen Schwerpunkte sind Unternehmensanalysen, das Erstellen von Marketing- und Verkaufsstrategien sowie die Entwicklung und Durchführung von Seminaren. So wie sie die Forcierung des ganzheitlichen Zugangs in der Medizin befürwortet, macht sie sich für diesen auch in ihrer Domäne, der Wirtschaft, stark – und bietet für „ganzheitliche Führungskompetenz“ die Begleitung durch individuelles Coaching an.

„Um speziell Frauen, die im Berufsleben weiter kommen oder (wieder) einsteigen wollen, individuell und gezielt zu unterstützen“, gründete die Geschäftsfrau vor sechs Jahren „Target Concept Woman – Seminare & Coaching für SIE“.

■ **Sport & Wellness.** Ulrike Wagner ist international viel unterwegs und nützt regelmäßig die Wellnessangebote verschiedener Hotels. Durch berufliche Auslandsaufenthalte in der Karibik und dem Fernen Osten haben Golf und Tennis

einen fixen Platz in ihrem Sportprogramm eingenommen. Im Winter fährt die gebürtige Österreicherin mit ihrem Mann gerne Ski. „Im Büroalltag helfen mir Yoga und Pilates mein inneres Gleichgewicht zu finden und neue Energien zu tanken.“ **Tipp:** [www.target-concept-woman.com](http://www.target-concept-woman.com)

## Karin Theegarten, Management-Beraterin

Als Management-Beraterin hat Karin Theegarten ein ambitioniertes Ziel: Sie hat sich darauf spezialisiert, Unternehmen auf die Zukunft vorzubereiten.

■ **Arbeit & Visionen.** Schon jahrelang beschäftigt sich Karin Theegarten mit den neuesten Erkenntnissen der Zukunftsforschung. Dieses Know-how verbindet sie mit einer ausgeprägten Praxisorientierung, die sie in unterschiedlichen Unternehmen der Sport- und Lifestyle-Branche im In- und Ausland erwarb. Zusammen mit ihren KundInnen erarbeitet sie bei „Theegarten-Consulting“ Strategien für den „Markt von Morgen“ – und begleitet sie auch bei der Umsetzung. Ihre Schwerpunkte: „Markenpositionierung und strategisches Marketing, kombiniert mit zielgerichtetem Zukunfts- und Innovationsmanagement.“

■ **Fitness & Freizeit.** Mit ihrem Mann, einem Norweger, lebt sie in der Nähe von München. Ausgleichende Entspannung findet sie bei gemeinsamen Bergwanderungen, „auch alpin und vor allem in Österreich“, oder beim Inlineskaten. Besonders gerne fährt sie ausgedehnte Radtouren (pro Tag bis zu 60 km!) – immer zielorientiert, also mit bestimmten Destinationen wie Seen, Sehenswürdigkeiten, „oder einem gemütlichen Biergarten, dann allerdings wird die Heimfahrt schwieriger“. Im Winter besucht sie ein Fitness-Studio ▶