

Inhalte & Schwerpunkte – Keynotes, Interviews & Podcasts

PETER BROCKHAUS

1. Die BROCK-Formel

Wie ein wissenschaftlich fundiertes System dein biologisches Alter zurückdreht und deine Leistungsfähigkeit maximiert.

2. Mind over Matter

Wie dein Bewusstsein deine Gesundheit, dein biologisches Alter und deine Zukunft formt.

3. Die Wissenschaft der Langlebigkeit

Wie du deine Zellgesundheit revolutionierst und deine biologische Uhr zurückdrehst.

4. Epigenetik & Biohacking

Wie du deine Gene beeinflusst, statt dich von ihnen bestimmen zu lassen.

5. Neuroplastizität & Superlearning

Wie du dein Gehirn bis ins hohe Alter jung, scharf und fokussiert hältst.

6. Flow State & High Performance

Warum Top-Unternehmer, Weltklasse-Athleten und kreative Köpfe auf Biohacking setzen, um das nächste Level zu erreichen.

7. Resilienz & Heilung

Wie du Krisen nicht nur überlebst, sondern daran wächst – mit Einblicken in meine eigene Geschichte.

8. Spiritualität & Wissenschaft

Die Verbindung von Quantenbiologie, Bewusstsein und körperlicher Regeneration – wissenschaftlich fundiert und praktisch anwendbar.

9. Longevity & Erfolg

Wie du dein volles Potenzial in jedem Alter entfesselst und mit nachhaltiger Energie durch dein Leben gehst.

10. Warum 100 das neue 70 ist

Die fünf Säulen eines gesunden, leistungsfähigen und erfüllten Lebens – mit persönlichen Erfahrungen und realen Ergebnissen.

11. Die verborgene Kraft der Rituale

Atemtechniken, Meditation und bioenergetische Optimierung für maximale Lebensqualität und mentale Klarheit.

12. Vom Surf-Pionier zum Biohacker

Wie ich Windsurfen nach Europa brachte, eine tödliche Diagnose überwand und meine biologische Uhr zurückdrehte – eine Geschichte über Innovation, Durchhaltevermögen und Transformation.

13. Unternehmertum & Gesundheit

Warum wahre Führung mit körperlicher und mentaler Vitalität beginnt – und wie du langfristig Spitzenleistung abrufst.

14. Der entscheidende Faktor für Langlebigkeit

Was wirklich zählt, wenn du bis 100 gesund, klar und voller Energie bleiben willst – mit persönlichen Einsichten aus meiner eigenen Gesundheitsreise.

15. Körperliche & geistige Unabhängigkeit

Wie du nicht nur länger lebst, sondern in jedem Alter selbstbestimmt und frei bleibst – die wichtigsten Prinzipien für ein erfülltes Leben.

16. Die Kunst des bewussten Alterns

Warum Altern keine Abwärtsspirale sein muss, sondern eine Reise der Optimierung und Weiterentwicklung.

17. Hacking Your Reality

Wie du mit den richtigen Methoden deine gesamte Wahrnehmung, Energie und Schaffenskraft neu ausrichtest – mit Einblicken in meine eigene Transformation.

18. Bioenergetik & Zellregeneration

Wie du durch Frequenzen, Licht und Magnetfelder deine Gesundheit auf ein neues Level bringst – eine Verbindung von Technologie und Natur.

19. Von Wissenschaft zur Selbstheilung

Warum wir den Schlüssel zu Gesundheit und Regeneration bereits in uns tragen – und wie ich diesen Weg für mich entdeckt habe.

20. Die verborgene Intelligenz des Körpers

Wie du lernst, deine eigenen Signale zu lesen und dein System optimal zu steuern – für ein langes, starkes und erfülltes Leben.

Ideal für:

Konferenzen, Unternehmen, Leadership-Events, High-Performance Masterminds, Podcasts, YouTube-Formate.

Meine Vorträge sind mehr als Wissen – sie sind gelebte Erfahrung. Eine Reise durch Wissenschaft, Mindset und körperliche Transformation, die inspiriert, aufrüttelt und zum Handeln bewegt.

Ich spreche nicht nur über Veränderung – ich habe sie selbst erlebt. Vom Surf-Pionier zum Unternehmer, vom Todesurteil zur Regeneration, von der Krise zur Höchstleistung. Ich teile nicht nur Theorien, sondern echte Erfahrungen, bewiesene Strategien und die Prinzipien, die mein Leben gerettet haben.

