

## 1.000 Mitarbeiter der Sparkasse versuchen gleichzeitig (!) in nur 30 Minuten das Werfen und Fangen mit 3 Bällen zu lernen



Bei einer Mitarbeiterveranstaltung der Sparkasse Hildesheim wurden gleich drei Premieren gefeiert. Erstmals wurde an einem Samstag (15.11.) eine Mitarbeiterveranstaltung durchgeführt und erstmals mit ca. 1.000 Mitarbeitern. Doch damit nicht genug: es wurde auch ein neuer Weltrekord aufgestellt. Das Motto der Tagung lautete „**Gemeinsam stark**“. Wie stark die Sparkasse nun wirklich ist, wurde am Ende der Tagung in einem außergewöhnlichen Praxistest ausprobiert. Moderator & Jonglator Stephan Ehlers (48) überraschte die Mitarbeiter mit der Ankündigung, dass man nun gemeinsam den aktuellen Weltrekord von Microsoft im Jonglieren-Lernen verbessern möchte. Stephan Ehlers und sein Team hatten am 19. März 2008 in Basel 240 IT-Professionals von Microsoft in nur 33 Minuten gleichzeitig (!) das Jonglieren mit drei Bällen beigebracht ([www.rehoruli.info/basel](http://www.rehoruli.info/basel)). Etwa 30 Mitarbeiter konnten bereits vorher jonglieren, die anderen aber noch nicht. Auf die Frage „Wer von den ca. 970 Mitarbeitern, die noch nicht jonglieren können, traut sich zu, in nur 30 Minuten das Jonglieren mit drei Bällen zu lernen“, gab es ungefähr 25 Handzeichen. Stephan Ehlers bestätigte, dass dies die „normale Quote“ ist und ergänzte, dass die meisten Menschen sich und ihre Fähigkeiten eher unterschätzen als überschätzen. Er formulierte nun die anspruchsvolle Herausforderung bzw. ehrgeizige Zielvereinbarung: **„Wir werden jetzt versuchen nicht 24-25, sondern das zehnfache, also mindestens 240 Mitarbeitern, das Jonglieren mit drei Bällen beizubringen! Alle gemeinsam, in nur 30 Minuten!“** Nachdem Teilnahmebedingungen unterschrieben werden mussten (für das Guinnessbuch der Rekorde) und Startnummern verteilt/aufgeklebt wurden, wusste jeder „Die meinen das ernst“.



Der Überraschungsmoment war doch sehr groß für alle ... keiner der Mitarbeiter wurde darüber vorher informiert. Dies machte den besonderen Reiz aus. Der Ausgang dieser einzigartigen Aktion war somit völlig offen.

Nach ein paar Erläuterungen zur Vorgehensweise wurden dann Bälle verteilt und es ging los. Erst Wurf- und Fang-Übungen mit 1 und 2 Bällen – nach 7-8 Minuten hatten Jongliertrainer und Helfer von Stephan Ehlers die ersten Teilnehmer herausgesucht, die dann schon 3 Bälle jonglieren konnten (3 Bälle mind. je einmal werfen und fangen). Hierzu hat Stephan Ehlers zwanzig REHORULI-Trainer und Helfer



(Jongleure) aus München, Berlin, Hannover, Frankfurt und London mitgebracht. Die Teilnehmer, die dann das Werfen und Fangen mit 3 Bällen geschafft haben, erhielten einen roten Punkt auf ihre Startnummer und hielten sich weiter hinten im Saal auf, damit für Stephan Ehlers und seinem Team erkennbar blieb, wer noch Hilfe benötigt. Diese Hilfe erhielten die restlichen Teilnehmer mit weiteren, von Stephan Ehlers ausgeklügelten Wurf- und Fangübungen – zunächst mit 2 Bällen. Alle 5-6 Minuten schafften es weitere Teilnehmer drei Bälle zu jonglieren. Am Schluss wurden die Startnummern/Teilnehmer mit den roten Punkten gezählt – alles überwacht von einem Anwalt! Alle vier Sparkassen-Vorstände machten mit und zwei von Ihnen haben es auch geschafft. Die Verkündung der Zahl war der spannendste Moment im Saal. Als die Zahl „264“ verkündet wurde, tobte der Saal, alle waren überglücklich den neuen Weltrekord geschafft zu haben. Eine rundum gelungene Veranstaltung.

### **Jonglieren fördert Selbstwirksamkeit**

Ein Mensch, der daran glaubt, selbst etwas zu bewirken und auch in schwierigen Situationen selbstständig handeln zu können, hat eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung. Mehrere Untersuchungen zeigen, dass Personen mit einem starken Glauben an die eigene Kompetenz größere Ausdauer bei der Bewältigung von Aufgaben, eine niedrigere Anfälligkeit in Stress- und Angst-Situationen und mehr Erfolge im Berufsleben aufweisen. Diese Selbstwirksamkeitserwartung lässt sich spielend leicht trainieren und optimieren mithilfe des Jonglier-Lernprogramms REHORULI. Der Name REHORULI steht für ein überaus erfolgreiches Jonglier-Lernsystem, bei dem insbesondere Anfänger Schritt für Schritt das Jonglieren mit drei Bällen lernen. Mit dieser Lernmethode haben bereits Zehntausende ihre Selbstwirksamkeitserwartung verbessern können und das Werfen und Fangen mit drei Bällen gelernt. Eine tolle Idee zum selbst Ausprobieren oder Verschenken. Das Buch „REHORULI – Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie“ kostet 14,90 € und ist in deutscher (ISBN 978-3-83343131-9) und englischer Sprache (ISBN 978-394096501-1) erhältlich.

**Selbstwirksamkeitserwartung** (engl. perceived self-efficacy) bezeichnet in der Psychologie die Erwartung, aufgrund eigener Kompetenzen gewünschte Handlungen erfolgreich ausführen zu können.



---

# Das Event-Format

## „Jonglieren lernen in Rekordzeit“ ist weltweit einzigartig!

---

### Das Jonglier-Lernsystem REHORULI®

Das Jonglier-Lernsystem ist von Stephan Ehlers 1997 speziell für Anfänger entwickelt worden, um in verblüffend kurzer Zeit das Jonglieren mit drei Bällen zu lernen. Mehrere öffentliche Rekorde sowie die Ergebnisse zahlreicher Firmenevents haben bewiesen, dass REHORULI® das beste Jonglier-Lernsystem ist, um schnell und zuverlässig drei Bälle werfen und fangen zu können. REHORULI® und das Jonglieren wird heute von Ärzten gegen Stress und zur Kräftigung der Sehmuskulatur verschrieben. Es verlangt eine Art Konzentration, die als sehr heilsam gilt und die sonst durch Meditation oder im Tai Chi trainiert wird. Kurzum: Jonglieren lernen fördert nicht nur Kreativität und Wahrnehmung, sondern verschafft einen spielerischen Zugang zur inneren Leichtigkeit.

### Langjährige Praxiserfahrung mit „Massenjonglage-Events“

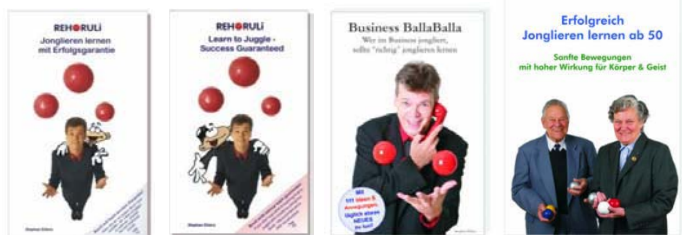
Stephan Ehlers und sein REHORULI®-Team haben seit 1998 bereits mehrere hundert Großevents in Deutschland, Österreich, Schweiz und sogar in China (Peking) durchgeführt. Das weltweit einzigartige Eventformat wurde bereits von namhaften Firmen wie adidas, Bosch, Computer Association (CA) DHL, e-plus, Fujitsu, Gerolsteiner, Hypo-Vereinsbank, IKEA, Kaufland, Lekkerland, Microsoft, Merck, Roche, Sparkasse, Telekom u.v.m. gebucht.

### Motivator, Moderator & Jonglator Stephan Ehlers

... ist Trainer für Motivation & Kommunikation sowie Erfinder des Jonglier-Lernsystems REHORULI®. Stephan Ehlers wurde u.a. für den CONGA-AWARD 2007 nominiert und gehört damit zu den zehn Besten seines Fachs in der Kategorie "Künstler & Performance". Dies ist zumindest die Meinung der Vereinigung Deutscher Veranstaltungsorganisatoren e.V. und der Referentenagentur Speakers Excellence, die den CONGA-AWARD organisiert. Mehr als 25.000 Fachleute, darunter namhafte Persönlichkeiten aus der Tagungs- und Congressbranche, hatten die Möglichkeit in einer groß angelegten Befragung ihre Favoriten zu benennen. Wie beim großen Bruder „Oscar“ wählen hier eine Vielzahl von Experten die Besten. - Conga steht für Congress Award.

### Buch-Veröffentlichungen

Das Buch „Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie“ ist deutsch und englisch erhältlich und wird in 2009 auch in russisch, italienisch und französisch übersetzt. Weitere Bücher von Stephan Ehlers sind u.a. „Erfolgreich, Jonglieren ab 50“ und „Business BallaBalla“. Info > [www.rehoruli.info/medien.html](http://www.rehoruli.info/medien.html)



### Video-„Live“-Mitschnitte und interessante Web-Links

Bei der Sparkasse Hildesheim haben 1.000 Mitarbeiter gleichzeitig versucht, das Jonglieren mit drei Bällen in nur 30 Minuten zu lernen. 264 haben es tatsächlich geschafft!

Video = [www.ballaballa.com/1000.wmv](http://www.ballaballa.com/1000.wmv) PDF = [www.ballaballa.com/1000.pdf](http://www.ballaballa.com/1000.pdf)

Bei einer Microsoft-Abendveranstaltung lernten 240 IT-Professionals in nur 33 Minuten gleichzeitig (!) nach der REHORULI®-Lernmethode das Werfen und Fangen mit drei Bällen.

Fotos, Video usw. siehe [www.rehoruli.info/basel](http://www.rehoruli.info/basel)

### Video-Link zu „Business-BallaBalla“ / Jonglieren im Business

[www.ballaballa.com/BBB\\_Promotion.wmv](http://www.ballaballa.com/BBB_Promotion.wmv) Kleines Bild, 4,4 MB

[www.ballaballa.com/BBB\\_Promotion.mpg](http://www.ballaballa.com/BBB_Promotion.mpg) Großes Bild, 44,1 MB



Microsoft





Am Sonntag auf dem Frühlingsfest

# Die tz macht Sie zum Jonglage-Weltrekordler

## ... aber nur, wenn Sie es bis jetzt noch nicht können

Schauen Sie auch so gerne Akrobaten, Artisten und Magier zu? Wollen Sie schon immer mal etwas der Kunststücke lernen, um lebender das Jonglieren mit den kleinen „Zauberbällen“? Dann nur bis zum Frühlingsfest auf die Theresienwiese! Denn am nächsten Sonntag (23. April), zwei Tage nach Beginn der Mini-Wiese, startet Profi-Jonglierer Stephan Ehlers

erklämt mit der 1. Weltrekord-Versuch! Der Münchner will 30 bis 40 Leuten in maximal 33 Minuten das Jonglieren mit drei Bällen beibringen. In der Zeit von 10 Uhr nachmittags bis etwa 13.30 Uhr. Teilnehmen kann jeder, der Jonglieranfänger sind mindestens 16 Jahre alt ist. Interessierte können sich ab sofort per E-Mail unter [info@rehoruli.de](mailto:info@rehoruli.de) (bitte Name und Alter angeben) anmelden.



Die Mini-Wiese ist schon aufgebaut

**Jonglier-Tipps** So lernen Ihre Bälle fliegen!

„Jeder kann jonglieren lernen“, sagt Profi Stephan Ehlers. Für alle Fans der kleinen Zauberbälle, die am Sonntag keine Zeit haben, hat er folgende Tipps:

- Anfänger brauchen nicht ungeduldig sein. Es reicht schon, wenn man nicht zu schnell auf den Vorteil hat, dass Socken – anders als z.B. Äpfel – beim Runterfallen nicht matschig werden. Übrigens: Das Idealgewicht beträgt rund 100 Gramm.
- Stellen Sie sich am besten vor Bett oder Sofa, so werden Sie nicht ständig den Bällen hinterher.
- Ganz wichtig: Werfen Sie sich den Äpfel ab! Wurfen Sie dann kann Ihr Gehirn die Bälle noch verfolgen.
- Zudem sollte man immer zur Mitte werfen, als ob man mit den Bällen die Nase treffen wollte.
- Die Arme sind beim Wurf locker, Ober- und Unterarm stehen am besten im rechten Winkel zueinander.
- Das Fangen sollte launisch erfolgen. Wie das zu schaffen ist, indem die Fausthand dem Ball entgegenragt und so den Äpfel abnimmt.
- Das Jonglieren mit drei Bällen geht theoretisch so: „Wenn der erste Ball auf Augenhöhe ist, muss Hand Nummer zwei den zweiten Ball klopfen.“ Und ich kurze Zeit später Nummer eins fangen.
- Die drei Bälle wie komplizierter ist bei Aufgehöhe, sind zwei geworfen, ist der auf Augenhöhe, drei. Während der Ball in der Hand zwei ist.
- Stephan Ehlers macht vor mit Ball Prinzip geht alle gut großen kann weise auch. „Klopfer oder St.“

# 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 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 „Holmes Place“ an der Friedrichstraße und in den Jonglier-Katalogen an der Monumentenstraße. Die Kombination aus Geld-zurück-Garantie an

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

Anmeldungen sind noch bis zum 18. November unter der Telefonnummer 45 60 62 96 oder über E-Mail-Adresse: [info@rehoruli.de](mailto:info@rehoruli.de) möglich.



Stephan Ehlers will sich ins Guinness-Buch jonglieren



# Der „Jonglator“ aus Nymphenburg

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

VON CAROLIN MÜLLER

Nymphenburg – Nach Antritt der drei Bälle elegant durch die Luft zu werfen. Doch genau das sei das Geheimnis des Rehoruli-Lernsystems, versichert Ehlers. „Beim Jonglieren ist ein Kopf nur im Weg.“ Die Kunst des Jonglierens könne man nicht verstehen, man muss es einfach machen. Ein solches System ist 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. Nicht jongliert man nicht, aber schon nach wenigen Sekunden stellt sich ein Gefühl ein, das im abschließenden „Rehoruli“-Literatur wohl mit dem Begriff „unabhängige Spannung“ umschrieben werden könnte. Gestern hat damit ein

Zustand gelisteter Konzentration, der sich durch die Koordination von linker und rechter Gehirnhälfte einstellt. Ganz allgemein werden den Jonglierern alltagsnahe, aber nicht unbedingt sinnvolle Wirkungen nachgesagt. Es soll nicht nur die Beweglichkeit, Ausdauer und Wahrnehmung verbessern, sondern bei regelmäßigen Trainingen gut die Gehirnmasse wachsen lassen. Das jedoch wackeln lassen. Das jedoch wackeln lassen. Das jedoch wackeln lassen.

Und im Guinnessbuch der Rekorde kann man damit auch kommen. Zumindest, wenn man wie Ehlers diesen Sommer im Olympiapark 30 Anfänger in nur 33 Minuten jonglieren beibringt.

Oktobers Ehlers mit seinem Schülernprogramm. Während Ehlers ist, ist man sich nicht wirklich sicher, dass das gebietsspezifische Rehoruli-Prinzip bei einem ersten Versuch Wirkung haben wird – und dann hat man es trotzdem: Die Hände bewegen sich einfach Luft. Zuerst ist man deshalb noch keine Axt, aber wie bei vielen Dingen ist das Fangen, das Wichtigste. Werfen Sie sich den Äpfel ab! Wurfen Sie dann kann Ihr Gehirn die Bälle noch verfolgen.

Wer selbst hinter das Geheimnis von Rehoruli schauen möchte, kann das am Sonntag, 11. bis 13. Oktober, an der Marienplatz 16 in der Marienplatz 16 besuchen. Sollte es nicht klappen, gibt es die 16 Euro Kursgebühr zurück.

Armedung und Infos unter [info@rehoruli.de](mailto:info@rehoruli.de) oder 089 71 92 26.

# Rehoruli – und Jonglieren ist kein Problem

64 Thüringer erlernten gestern in Weimar binnen 35 Minuten die hohe Meditations-Schule

Alles ballballe oder wie? Wer gestern ins Quality-Hotel kam, hätte es vermutlich ahnunglos. Denn dort warteten 189 AOK-Mitarbeiter mit Bällen im Sicht. Alle Dinge mit einem bezauberten Ziel.

WEIMAR (td) Es kam völlig unerwartet. In nur 35 Minuten lernten 64 Teilnehmer der AOK-Mitarbeiter, wie man drei Bälle jonglieren kann. Die Teilnehmer lernten, wie man drei Bälle jonglieren kann. Die Teilnehmer lernten, wie man drei Bälle jonglieren kann.



Rechts-hoch-runter-links, kurz Rehoruli, nennt sich das Jongliersystem, das Jonglier-Trainer Stephan Ehlers entwickelt hat und an immer mehr Laien innerhalb immer kürzerer Lehrstunden weiterzugeben beabsichtigt ist. Morgen kommt Ehlers nach Weimar. Foto: dpa

# Rechts-hoch-runter-links

Wie 100 blutige Anfänger aus Weimar in knapp einer Stunde jonglieren lernen

Weimar (itz/ab) Noch anno die Leute nicht, was ihnen am Freitag blüht. Delegiert wurden sie auf ein betriebsinternes Seminar, für das Räume in einem Weimarer Hotel angemietet wurden. Am Ende der Tagung aber werden sie vor allem über eines verblüfft sein: dass sie plötzlich mit drei weichen Bällen jonglieren können wie ein Zirkusclown.

Was es morgen in Weimar erweisen wird, darf im Vorfeld nicht verraten werden: Stephan Ehlers, der Jongliertrainer, will den Überraschungseffekt unter seinen Kurztags-Schülern so groß wie möglich halten. Unter seiner Regie lernten – wie die Schlagzeilen in seinem Presse-

numen. Heute vielleicht 100 Leute in 55 Minuten. Ehlers hat das Rekordbrechen zur Marketingidee gemacht. Stets ist ihm großes Presseecho gesamt. Wer mit zwei Händen drei Dinge tun kann und diese Kunst vorzugsweise in entspannter Haltung und mit lässigen Gesichtsausdruck vorzutragen weiß, dem ist allesits Sympathie gewiss. Gemeinsam mit seinen Schülern kämpft Ehlers gegen sich selbst: nimmt sich vor, immer mehr Menschen in immer kürzerer Zeit in das Geheimnis einzurühren, wie mit zwei Händen drei Bälle in ständiger Bewegung zu halten seien.

Es ist ein Trick dabei, aber kein geheimer. Und er hat sogar einen Namen: „Rehoruli“ – rechts, hoch, runter, links. Damit ist zumindest schon mal der Anfang gemacht. Ehlers selbst hat das System entwickelt, das selbst blutigen Anfängern in kurzer Zeit klar macht, mit welchem Körpergefühl was zu tun ist, damit ein behäbiges Ballspiel zustande kommt. „Es ist wie Radfahren“, verspricht er. „Erst hat man überhaupt keine Idee, wie es geht, dann macht es klick, das ist der Aha-Effekt, und schließlich kann man es selbst.“ Seine Körpererfahrung, Rehoruli spricht nur die linke Gehirnhälfte an.

Ein Zirkuskroket ist der Trainer aus München nicht. Ehlers war Banker und Werbemann, ehe er entdeckte, welche motivatorische Fähigkeiten sonst noch in ihm wohnen. Mit mehr als fünf Gegenständen wäre allerdings auch er überfordert. Dafür ist das Wurfgut, das Ehlers durch die Luft wirbelt, von höchst unterschiedlicher Beschaffenheit. Haushaltsgegenstände sind ihm willkommen: Schmelosen oder Selbst vor Klobirsten schreckt er nicht zurück.

Stephan Ehlers sucht sich seine Kandidaten für den immer währenden Rekordversuch immer seltener via Presse. Weil er sich in der Szene der Motivationstrainer einen Platz erworben hat, werden ihm komplette Gruppen zugeführt, so auch in Weimar. Wer nicht in den Genuss einer Fortbildung mit Ehlers kommt und trotzdem jonglieren lernen will, kann sich über die Seite [ballballs.com](http://ballballs.com) zu einem seiner Kurse mit Geld-zurück-Garantie anmelden.

Stephan Ehlers und sein Jonglier-Lernsystem REHORULI® wurde bereits mehrfach in der Fach- und Tagespresse sowie in verschiedenen TV-Berichten vorgestellt.



---

## Jonglieren & Prominente

---



Wirtschaftsminister a.D  
**Wolfgang Clement**



Bundesverbraucherministerin  
**Renate Künast**



FIFA-Schiedsrichter **Markus Merck**



**Roberto Blanco**



Deutschlands Motivationscoach Nr. 1 lernte bei  
Motivator & Jonglador Stephan Ehlers das Jonglieren.



**Michael „Bully“ Herbig** versteigerte gemeinsam mit  
Stephan Ehlers zusammen den größten Apfelstrudel  
der Welt zugunsten eines guten Zwecks