



Karenjeet Kaur Bains

PROMINENTE/R

Bei einer Unternehmensversammlung ist es leicht, über Mitbestimmung zu sprechen, aber schwer, sie auch zu spüren. Mitarbeiter, die sich weder in der Führungskräftepipeline noch im Sitzungssaal oder auf den Folien zur Anerkennung wiederfinden, kommen stillschweigend zu dem Schluss, dass das System nicht für sie geschaffen wurde. Die Aufgabe der Personal- und Kulturverantwortlichen besteht darin, sichtbare Unterschiede in Freiräume zu verwandeln und diese Freiräume wiederum in Ambitionen, die das Unternehmen tatsächlich aufrechterhalten kann.

Karenjeet Kaur Bains ist Commonwealth-Meisterin im Kraftdreikampf, Wirtschaftsprüferin (ACA) und Star der BBC-Sendung „Gladiators“. Sie hält Vorträge vor Unternehmen zu den Themen Repräsentation, Identität und Leistung unter Druck.

Karenjeet Kaur Bains's 2026 Biography

Warum Unternehmen mit Karenjeet Kaur Bains zusammenarbeiten

- Sie hält einen Guinness-Weltrekord (42 Kniebeugen mit dem eigenen Körpergewicht in einer Minute, verglichen mit dem männlichen Äquivalent von 34) und eine Goldmedaille der Commonwealth-Spiele, was ihren Aussagen über Druck und Vorbereitung ein Gewicht verleiht, das Motivationsredner ohne Wettkampferfahrung nicht erreichen können.
- Sie ist die erste britische Sikh-Frau, die Großbritannien bei den europäischen und weltweiten Powerlifting-Meisterschaften vertreten hat, was sie zu einer glaubwürdigen Stimme dafür macht, was Repräsentation innerhalb einer Institution tatsächlich kostet und bewirkt.
- Sie ist als ACA-Wirtschaftsprüferin qualifiziert und war sechs Jahre lang bei KPMG in der Wirtschaftsprüfung tätig, sodass sie mit Fachleuten und Unternehmenspublikum in deren eigener Sprache spricht, anstatt von außen auf sie zu blicken.
- Sie verbindet eine BBC-Plattform zur Hauptsendezeit als Athena bei „Gladiators“ mit einer beeindruckenden sportlichen und beruflichen Laufbahn, was bei Mitarbeiternetzwerken, ERGs und Hochschulabsolventen auf eine Weise ankommt, wie es ein Redner mit nur einem Fachgebiet selten schafft.

Biografische Höhepunkte

- Commonwealth-Meisterin im Kraftdreikampf; erste britische Sikh-Frau, die Großbritannien bei Europa- und Weltmeisterschaften vertrat.

VERFÜGBAR FÜR

- Redetätigkeit
- Unterhaltung

KARENJEETS SPRECHENDE THEMEN

- DEI (Diversity, Equity & Inclusion)
- Inklusive Führung
- Mitarbeitererfahrung
- Motivation und Inspiration
- Spitzenleistung

SPRACHEN: Englisch

- Guinness-Weltrekordhalterin für die meisten Bodyweight-Kniebeugen einer Frau in einer Minute (42 Wiederholungen, 2022).
- ACA-Wirtschaftsprüferin; sechs Jahre bei KPMG im Bereich Wirtschaftsprüfung, bevor sie in die Finanzwelt von Wohltätigkeitsorganisationen wechselte.
- Athena in der Neuauflage von „Gladiators“ auf BBC One, ausgestrahlt auf BBC One und BBC iPlayer.
- Britische Powerlifting-Athletin des Jahres 2023 und 2024.
- Aufgelistete Hauptrednerin bei der ICAEW-Jahreskonferenz.

Biografie

Powerlifting ist eine der kleinsten und demografisch engsten Sportarten in Großbritannien. Die erste britische Sikh-Frau, die Großbritannien bei den Europa- und Weltmeisterschaften vertrat, ist zudem Commonwealth-Goldmedaillengewinnerin und Guinness-Weltrekordhalterin. Diese Kombination bringt Karenjeet Kaur Bains mit.

Ihr Weg zum Kraftsport auf Elite-Niveau führte durch – und nicht um – eine Karriere im Bereich der professionellen Dienstleistungen. Sie qualifizierte sich als ACA-Wirtschaftsprüferin, arbeitete sechs Jahre lang bei KPMG in der Wirtschaftsprüfung und trainierte für internationale Wettkämpfe in den Stunden vor und nach der Arbeit. Der Guinness-Rekord (42 Kniebeugen mit Körpergewicht in einer Minute, gegenüber einem männlichen Äquivalent von 34) wurde in zwei Wochen Vorbereitung aufgestellt, während sie eine Vollzeitstelle im Finanzbereich einer Wohltätigkeitsorganisation innehatte. Ihr Bericht darüber, wie Leistungsträger ihr Leben tatsächlich strukturieren, ist fundiert und nicht theoretisch.

Seit 2024 tritt sie als Athena in der Neuauflage von „Gladiators“ auf BBC One auf, wodurch sie einem breiten Publikum bekannt wurde, ohne die technische Ernsthaftigkeit ihres Sports zu verwässern. Das ICAEW führt sie als Hauptrednerin auf seiner Jahreskonferenz auf, und sie wurde 2023 und 2024 als britische Powerlifting-Athletin des Jahres ausgezeichnet.

Für Führungskräfte in den Bereichen Personalwesen, DEI und Mitarbeiterengagement ist der Mehrwert konkret. Sie spricht darüber, was es für jemanden, der sichtbar anders ist, bedeutet, in Institutionen zu bleiben, Leistung zu erbringen und wahrgenommen zu werden, die sie zuvor nicht einbezogen haben, und was Arbeitgeber, Netzwerke und Führungskräfte sinnvollerweise dagegen tun können.

Wichtige Vortragsthemen

- Repräsentation und Identität in Elite-Umgebungen
- Leistung unter Druck und Genesung nach Verletzungen
- Südasiatische Frauen im Sport und im Berufsleben
- Überwindung kultureller und geschlechtsspezifischer Stereotypen
- Resilienz und die Psychologie der Höchstleistung
- Inklusiver Kultur in professionellen Dienstleistungsbereichen

Ideal für

- CHROs, DEI-Verantwortliche und Sponsoren von Mitarbeiternetzwerken, die den Heritage Month, den IWD oder kulturelle Veranstaltungen planen.
- Dienstleistungsunternehmen, die Absolventen, qualifizierte Buchhalter und Zielgruppen von Frauennetzwerken informieren.

- Führungskräfte und Hochleistungsteams, die auf Offsite-Veranstaltungen eine authentische Stimme aus dem Sport statt generischer Motivationsreden suchen.

Ergebnisse für das Publikum

- Ein fundiertes Bild davon, was sichtbare Repräsentation innerhalb einer Organisation kostet und bewirkt.
- Ein praktisches Verständnis dafür, wie Leistungsträger Vorbereitung, Erholung und die Routinearbeit rund um einen Leistungshöhepunkt strukturieren.
- Anleitungen für ERGs und Führungskräfte, wie sie Mitarbeiter unterstützen können, die als Erste oder Einzige in ihrer Rolle tätig sind.
- Eine Neudefinition von „Stärke“ – sowohl körperlich als auch beruflich –, die das Publikum in seinen eigenen Teams anwenden kann.

Karenjeet Kaur Bains's Videos

