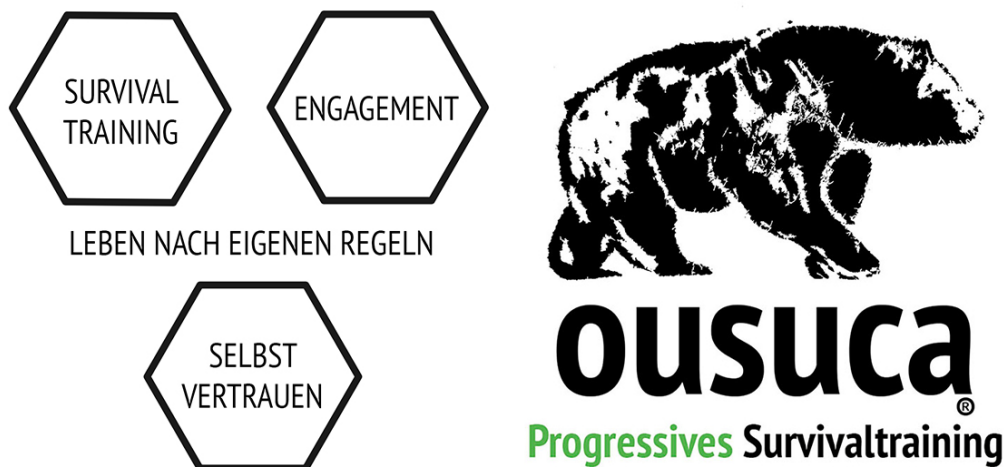




## Survivalkurs für Anfänger: Mike Lippoldt ist Begründer der Methode des Progressiven Survivaltraining

**Das Progressive Survivaltraining richtet sich an Menschen, die ein Leben nach eigenen Regeln gestalten möchten. Die neuartige Methode setzt sich aus drei Bausteinen zusammen: Survivaltraining, Engagement, Selbstvertrauen.**

Teilnehmer des Progressiven Survivaltraining erhalten Zugang zu grundlegenden Überlebentechniken, die auch im 21. Jh. ihren Nutzen haben. Dieses Survivaltraining ist der erste umfangreiche Online-Survivalkurs im deutschsprachigen Raum.



Auf seinen unkonventionellen Reisen schlief Mike Lippoldt hunderte Nächte Outdoor, erlebte Abenteuer und lernte viel über Survival unter realen Bedingungen. Genauso unkonventionell wie seine Reisen verlief die Auswanderung nach Spanien.

Ohne Sprachkenntnisse, finanzielle Rücklagen oder Kontakte wanderte Mike Lippoldt mit dem Fahrrad nach Spanien aus. Hier lernte er die Sprache autodidaktisch und erschuf sich von Grund auf und aus eigenen Mitteln ein neues Leben.

## Zur Entstehung des Progressiven Survivaltraining

Bereits 2016 veröffentlichte Mike Lippoldt das Buch „Ohne Geld in ein neues Leben“, wo er beschreibt, wie es möglich ist, unvorbereitet und auf eigene Faust ins Ausland auszuwandern und dort von Null an eine neue Existenz aufzubauen. Nach Veröffentlichung belegte das Buch einige Zeit die Bestsellerlisten und so wurden auch Medien darauf aufmerksam. Mehrere deutsche und spanische Zeitungen berichteten darüber.

Aufgrund seiner turbulenten Vergangenheit und der Bekanntheit aus zahlreichen Publikationen erhält Mike Lippoldt immer wieder E-Mails von Menschen, die etwas verändern wollen in ihrem Leben. Die nach einem neuen Anfang suchen, denen aber das Selbstvertrauen für die entscheidenden ersten Schritte fehlt. Menschen, die nicht wissen, wie und wo sie eigentlich beginnen sollen. Sie fragen, wie sie das nötige Vertrauen für Herausforderungen außerhalb der Komfortzone gewinnen können und wie er es gemacht hat.

So entstand die Idee zur Entwicklung einer allgemein anwendbaren Methode, basierend auf messbaren Ergebnissen, die den Weg in ein Leben nach eigenen Regeln ebnet. Die Stunde der Geburt des Progressiven Survivaltraining.

## Mike Lippoldt übernachtete im Freien, aß nur, was die Natur ihm bot

Auch wenn nur wenige solch ein Abenteuer wie Mike Lippoldt wagen wollten, so war doch immer das Interesse groß am „Wie“. Vor allem wollte man wissen, wie er bestimmte Situationen meisterte, wie er seine Lagerplätze fand, wie das Schlafen draußen bei Kälte und Regen ist, wie er sich in der Natur orientiert, draußen kocht, was er isst, etc.

*„Der Thüringer übernachtete im Freien, aß nur, was die Natur ihm bot.“*

(Zeitungsberichte wie diese verstärkten das Interesse)

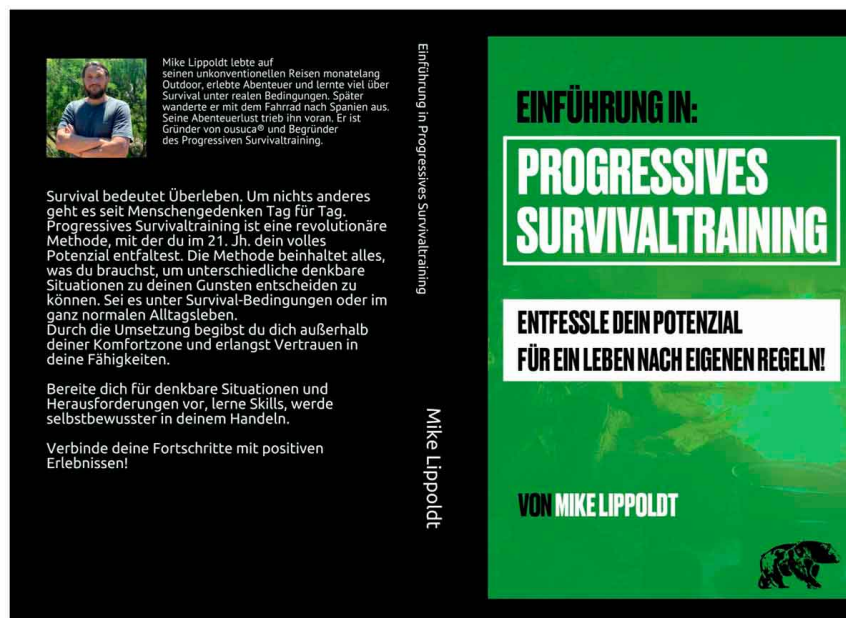
Mike Lippoldt wurde bewusst, dass der Schlüssel zu seinem Weg in der Vergangenheit und dort in den Vorbereitungen späterer Abenteuer liegt.

Zählt man alle Faktoren zusammen, dann scheint der Aufbau des Progressiven Survivaltraining nur eine logische Konsequenz, um daraus resultierend die nötigen Werkzeuge für messbare Veränderungen zu erhalten. Aber natürlich brauchte es viele Jahre, Schweiß, Fehlschläge und einen sich dadurch klärenden Blick aufs Wesentliche, um das Potenzial zu erkennen.

# Veröffentlichung des Buchs: Einführung in Progressives Survivaltraining

Als einleitendes Manuskript zur neuen Methode veröffentlichte Mike Lippoldt im Juni 2020 das 189 Seiten fassende Taschenbuch „Einführung in Progressives Survivaltraining“. Es ist auf Amazon erhältlich, wo es interessierte Leser auch als eBook für den Kindle herunterladen können.

Im Buch erhalten Einsteiger in das Thema Survival Einblicke in die wichtigsten Survival-Grundkenntnisse wie Übernachtung im Freien, Orientierung, Trinkwasser, Feuer, Ausrüstung, Nahrung oder physisches Training. Mitglieder des Online-Survivalkurs finden den Buchinhalt im Kurs und erhalten das Buch außerdem als PDF zum Download.



## Über

*SURVIVAL BEDEUTET ÜBERLEBEN. UM NICHTS ANDERES GEHT ES TAG FÜR TAG. PROGRESSIVES SURVIVALTRAINING IST EINE METHODE, MIT DER MENSCHEN IM 21. JH. IHR VOLLES POTENZIAL ENTFALTEN. DIE METHODE BEINHALTET ALLES, WAS MAN BRAUCHT, UM UNTERSCHIEDLICHE DENKBARE SITUATIONEN ZU SEINEN GUNSTEN ENTSCHIEDEN ZU KÖNNEN. SEI ES UNTER SURVIVAL-BEDINGUNGEN ODER IM GANZ NORMALEN ALLTAGSLEBEN.*

Die Methode des Progressiven Survivaltraining entstand 2020 in Spanien. Kursinhalte wie Taschenbücher, eBooks, Videos und anderes Lernmaterial werden über die Marke ousuca® vertrieben. Begründer Mike Lippoldt lebt in Andalusien, ist ehrenamtlicher Länderexperte für Spanien und im Besitz des spanischen Yachtscheines sowie des spanischen Jagdscheines. Durch seinen Jagdschein und regelmäßige Touren durch andalusische Natur hat er sich über die Jahre zusätzliches Expertenwissen aneignen können, was über seine Trainingsmethode an die Teilnehmer weitergegeben wird.

ousuca.com ist die offizielle Webpräsenz der Marke ousuca®. In Bezug auf Survival, Outdoor und Abenteuer gehören ousuca® und die Methode des Progressiven Survivaltraining zu den einflussreichsten Anbietern in deutscher Sprache mit Sitz in Spanien.

Alle Angebote zum Progressiven Survivaltraining werden unter [ousuca.com](https://www.ousuca.com) präsentiert.

### **Pressekontakt:**

ousuca® / Progressives Survivaltraining

Ansprechpartner: Mike Lippoldt

Web: [ousuca.com/survival-training](https://www.ousuca.com/survival-training)

E-Mail: [contact@ousuca.com](mailto:contact@ousuca.com)

Die Marke ousuca® wurde 2016 von Mike Lippoldt in Málaga gegründet. Wichtigstes Kompetenzprodukt unter dem Label ousuca® ist das Progressive Survivaltraining, einer revolutionären Methode basierend auf den drei Säulen: Survivaltraining, Engagement und Selbstvertrauen. Über das Lernmaterial des Progressiven Survivaltraining wie Bücher, Kurs und Videos können auch Anfänger sofort einen leichten Einstieg in das Thema Survival finden. Expertenberatungen zu Ausrüstung und Hilfe bei Planungen und Umsetzungen von Outdoorabenteuern sind weitere Spezialgebiete, die im Fokus der Arbeit von ousuca® liegen.