

Der Gründer von 5P-Coaching, Erwin Glaß, wurde am 25. Dezember 1960 geboren. Er ist verheiratet und Vater von drei erwachsenen Kindern (zwei Töchter, ein Sohn). Seit März 2020 ist Erwin Glaß ausschließlich als Coach für Privat- und Firmenkunden tätig. Sein Tagesablauf und seine Rituale umfassen sehr frühes Aufstehen, Morgenmeditation, mindestens 60 Minuten aktiver Sport, mehr als 90 Minuten Lesen, Intervallfasten (16/8) und Abendmeditation. In seinem gesamten Berufsleben hat er stets versucht, Praxis und Theorie zu verbinden (Arbeiten und Studieren). Er hat sehr viel Freizeit für Zusatzqualifikationen investiert. Mehrere berufliche Standbeine zu haben und eine vielseitige Bildung aufzubauen fühlte sich für ihn wie Sicherheit in einer instabilen Lebenswelt an. Erwin Glaß war auch Mitgründer der Coaching-Plattform „life-management-group“ (2002).

Ausbildungen für seine Coaching-Tätigkeit sind unter anderem:

09/1997 – 10/1999	Systemischer Coach, IfW, München
10/1998 – 05/2002	NLP-Practitioner und NLP-Master, München, Ungarn
09/2000 – 01/2002	Personal & High Performance Leadership mit INSIGHTS-MDI Zertifizierung (Human Resources, Persönlichkeitstypen), Scheelen-Institut, Waldshut
11/2000 – 04/2002	Psychotherapeutische Methoden (Gesprächs-, Gestalt-, Körpertherapie und Transaktionsanalyse), Heilpraktikerschule Lotz, München
11/2000 – 05/2003	Systemische Paar- und Familientherapie, IfW. München
01/2002 – 12/2002	Gesundheitsberater, impulse e.V., Wuppertal
04/2020 – 07/2020	Fortbildung Elterncoaching, IfW, München
01/2021 – 11/2021	Ernährungsberater und zusätzlich Berater für vegane/vegetarische Ernährung, Online-Studium, Akademie für Sport & Gesundheit, Radolfzell
01/2021 – 12/2023	Gesundheits- und Präventions-Coach, impulse e.V., Wuppertal
05/2023 – 04/2024	Life-Coaching, Landsiedel-Seminare, Kitzingen
01/2024	Hypnose & Hypnosetechniken, Grundkurs, TherMedius-Institut, Griesheim
01/2025 – 12/2025	Identitätsorientierte Psycho-Traumatheorie, Prof. Franz Ruppert, München

Erwin Glaß hält regelmäßig Vorträge:

- Müssen wir Angst vor der Zukunft haben? Sicherheit durch mehr Selbstschutz.
- Die überforderte Gesellschaft! Strategien gegen krankmachenden Stress.
- Emotionale Verletzungen, Kränkung, Verbitterung: Wie gelingt gute Beziehung?
- Gesundheit und Langlebigkeit durch Körper-Psyche-Geist-Arbeit.
- Mein Kind will nicht so wie ich das will! Was soll Mama/Papa tun?
- Altern, Einsamkeit, Sehnsüchte: Wie mit dem Ungelebten umgehen?
- Wie erkenne ich eigene Traumata und wie gelingt Integration und Befreiung?
- Impulse-Seminar für mehr Schwung, Power, Selbstvertrauen und Erfolg im Jahr 2026!

Während seines Berufslebens durchlief Erwin Glaß drei große Stationen. Er war im technischen Sektor tätig (Maschinenschlosser, Product-Marketing-Ingenieur), arbeitete später im Bereich Finanzdienstleistungen, dann in der Vermögensverwaltung und ist bis heute als Coach für Privat- und Firmenkunden aktiv. Erwin Glaß arbeitete mit drei Milliardären zusammen, war Aufsichtsratsmitglied und schulte Mitarbeiter deutschlandweit und hält seit dem Jahr 1999 Vorträge und Seminare. Aktiver Sport war stets ein wichtiger Begleiter. Er spielte in jungen Jahren in den höchsten bayerischen Amateurligen Fußball und ist Inhaber der Trainer-A-Lizenz. An der Sportschule Oberhaching unterstützte er die Trainerfortbildung in den Bereichen Kommunikation, individuelle Motivation, mentale Fitness. Seine große Lebenserfahrung, breite Allgemeinbildung und sein einfühlsames Wesen machen ihn zu einem vertrauensvollen Coach, der gekonnt auf die Gefühlslage seiner Gesprächspartner eingeht und gezielt deren Stimmung, Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeit ins Positive hebt. Damit geht gewöhnlich eine verbesserte Lebensqualität, Vitalität und Stabilität einher.