

### AUFTRITTSKOMPETENZ

Es wird immer wichtiger, durch ein gewinnendes, sympathisches Auftreten zu überzeugen. Die Wirkung eines Menschen ist gekoppelt an seine Ausstrahlung. Mit einem gezielten Training kann ein grosser Teil an Stress und Lampenfieber abgebaut werden. Unsere Rede wird frei und sympathisch, packend und authentisch. Durch praktisches Training mit der Kamera lernen Sie sich und Ihre «Macken» kennen und erlernen die Techniken, um Fehler auszumerzen und Ihre Stärken gezielt zu unterstützen.

#### Ihr Nutzen

Für viele Menschen bedeuten Auftreten, Präsentieren und Reden halten eine grosse Herausforderung. Unsicherheit, verhaspeltetes Sprechen, fahriges Gesten, verkrampfte Haltung usw. dämpfen unsere Ausstrahlung. In diesem zweitägigen Seminar erarbeiten Sie sich das Rüstzeug, um Ihr Publikum zu begeistern.

#### Seminarinhalt

- Gestik, Körpersprache, Mimik
- Stimme und Sprache
- Entspannung und Atemtechnik
- Gesetzmässigkeiten des erfolgreichen Auftritts
- Umgang mit Lampenfieber
- Grosser praktischer Übungsteil mit Kamera

#### Teilnehmerkreis

Personen, die häufig vor Gruppen reden und präsentieren. Angesprochen sind Menschen, die ihre Ausstrahlung verbessern wollen und bereit sind, Ihre Authentizität zu erkennen und zu vergrössern.

#### Seminarleitung

Hanna Scheuring, dipl. Schauspielerin, bekannt aus «Fascht e Familie» und «Lüthi und Blanc», Trainerin für Auftrittskompetenz sowie Leiterin von Workshops und Einzelcoachings im Bereich Lampenfieber, Regisseurin, Dozentin am SIB.

#### Seminardaten

Seminar FU 10105 Mi+Mi, 07.+21. März  
Seminar FU 37105 Do+Do, 13.+27. September

#### Seminargebühr

CHF 990.–  
CHF 930.– KV-Mitglieder

#### Weiterführende Angebote

- Professionell präsentieren
- Rhetorik-Training

**Dieses Seminar führen wir firmenintern in verschiedenen Sprachen (D/E/F) durch. Bitte fordern Sie unsere Offerte an.**