

Präsenztraining für Körper & Stimme

Ruhe, Sicherheit und Ausdruck

Workshop | eb Entwicklung
3. – 5. Februar 2020

Inhalte

Vorträge, Präsentationen und generelles Sprechen vor Anderen braucht Ruhe, Sicherheit und Präsenz. Die Stimme und der Körper haben das Potenzial, die Zuhörer_innen in den Bann zu ziehen und zu begeistern. Nur so können Sie Ihre Inhalte vermitteln.

Damit dies leicht und auf Dauer auch gelingt, braucht es Bewusstsein, Übung und Wissen.

In diesem Training geht es um Körperbewusstsein und das Werkzeug für die tägliche Präsenz durch die eigene Auf- und Ausrichtung. Das Zusammenspiel von Atem-, Körper- und Stimme in Verbindung gebracht mit dem Kommunikationsdreieck Zunge, Hände, Herz bieten die Basis für die Stimme und ihre Sprache. Denn die Kraft für den stimmlichen Ausdruck kommt aus unserem Körper.

Ziele

- Das Zusammenspiel von Atem-, Körper- und Stimme erleben, optimieren und verkörpern
- Mehr Bewusstsein über die Prinzipien von körperlicher und stimmlicher Präsenz erlangen
- Gestaltung dynamischer Vorträge
- Körperliche und stimmgesundheitliche Übungen für den beruflichen und privaten Alltag
- Körperübungen für die Vorbereitung des Außenauftritts
- Individuelle Stimmübungen für den Alltag
- Umsetzung und Vorbereitung von zukünftigen Vorträgen

Methodik

- Franklin Methode - Bewegungspädagogik und Biomechanik des Körpers
- Schauspielerische Körperarbeit
- Stimmschulung und Befreiung mit Stimmarbeit und Stimmkunst

Adressat_innen Erwachsenenbildner_innen, Trainer_innen, Bildungsmanager_innen, Pädagog_innen, Berater_innen und für alle weiteren Interessierten

Referent Christian Recklies (Trainer für Atem-, Körper-, Stimme und Kommunikation, Schauspieler, Musiker, Sprecher)

Koordination Cornelia Primschitz (bifeb)

Organisatorische Hinweise

Termin und Arbeitszeiten

Montag, 3. Februar 2020: 14:00 – 18:00, 19:00 – 20:30

Dienstag, 4. Februar 2020: 09:00 – 12:30, 14:00 – 18:00

Mittwoch, 5. Februar 2020: 09:00 – 12:30

Umfang 18 UE

Teilnahmegebühr € 180, 00

Teilnehmer_innen max. 18

Anmeldung über das [Anmeldeformular](#) auf www.bifeb.at bis 20. Jänner 2020

Storno es gelten die [Allgemeinen Geschäftsbedingungen](#) des bifeb

Ihr Aufenthalt am bifeb

Preisbasis 2020

Übernachtung

- Einzelzimmer € 48,40 pro Person/Nacht
- Doppelzimmer € 36,40 pro Person/Nacht

Die Preise sind **inklusive** reichhaltigem Frühstück (Buffet), WLAN, Parkplatz, Badedeck und Liegewiese am Wolfgangsee, Fitnessraum und **exklusive** € 2,00 Ortstaxe pro Nacht.

Zimmerreservierung über das [Anmeldeformular](#), das [Zimmerreservierungsformular](#) oder per E-Mail an office@bifeb.at

Verpflegung Mittagessen zwei 3-gängige Menüs und Salat vom Buffet à € 12,80, eine vegane Tagesempfehlung und Speisen von der kleinen Karte • **Abendessen** Buffet à € 12,80

Die Kosten der Verpflegung richten sich nach Ihrem Verbrauch.

Kontakt

Daniela Schlick (bifeb)
daniela.schlick@bifeb.at
+43 6137 6621-119