

Präsenz in Körper und Stimme

1tägig

Dieser Workshop vermittelt Fitnesstrainern, Gruppenleitern, Yogalehrern und anderen Berufsgruppen der Fitness-/Gesundheitsbranche auf praxisnahe Weise Kompetenzen in Körpersprache und Stimme für einen souveränen Auftritt im Gruppen- bzw. Kundenkontakt.

Voraussetzungen

Die Voraussetzung ist Neugierde!!

Jeder interessierter Trainer, Fitnesstrainer, Tanzlehrer, Yogalehrer, Gesundheitscoaches, Bewegungstherapeuten uvm. können teilnehmen, es sind keine weiteren Vorkenntnisse erforderlich.

Beschreibung

Inhalt der Ausbildung:

- Tragfähigkeit und Kraft in der Stimme für lautes müheloses Sprechen ohne Headset
- Klarheit und Präzision in der Stimme für gute Verständlichkeit, auch bei lauter Musik
- angenehmer Stimmklang fürs Wohlfühlen der Kunden
- selbstsicheres präsentenes Auftreten vor Teilnehmern und Kunden
- souveräne Körpersprache beim Anleiten und im Kundenkontakt

Trainingstheorie:

- Stimm- und Atemphysiologie
- nonverbale Ausdrucksebenen
- Ausdruckspsychologie
- Rhetorik- und Authentizitätstheorien
- Gendertheorien

Trainingspraxis:

- Wahrnehmung und Interpretation nonverbaler Ausdrücke
- Stimm-, Sprech- und Atemübungen
- Haltungstraining
- Kraftübungen für optimalen Stimm- und Körpersitz
- Isolations- und Koordinationsübungen
- Einzel-Präsentationsübungen mit Videoaufnahmen, welche nicht in der Gruppe angeschaut werden, sondern per Mail jedem Teilnehmer individuell zugesendet werden

Kosten

Teilnahmegebühr incl. Skript und Zertifikat: € 175.- zzgl. der im jeweiligen Land gültigen MwSt.

Termin(e)

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.