

Dein Tag mit Ready to Shine!

Erlebe einen inspirierenden und praxisnahen Tag, der dich Schritt für Schritt zu mehr Selbstbewusstsein und souveränem Auftreten führt.

9:00 – 9:30 Uhr | Ankommen und Willkommen

- Begrüßung mit Kaffee und Gipfeli.
- Einführung in den Tag und Kennenlernen der anderen Teilnehmerinnen.

9:30 – 10:45 Uhr | Die Grundlagen deines Auftritts

- Was macht einen starken Auftritt aus?
- Präsenz, Körpersprache und Selbstwirksamkeit.
- Erste Übungen, um deine Ausstrahlung zu stärken.

10:45 – 11:00 Uhr | Pause

11:00 – 12:00 Uhr | Souverän und schlagfertig reagieren

- Techniken der Schlagfertigkeit: Wie du präzise und klar antwortest.
- Üben von Alltags- und Berufssituationen in kleinen Gruppen.

12:00 – 13:00 Uhr | Mittagspause

- 3-Gang-Menü inkl. Wasser (alle anderen Getränke exkl.).

13:00 – 14:15 Uhr | Stimme, Dynamik und Energie

- Wie du mit deiner Stimme überzeugst.
- Dynamik und Energie bewusst nutzen, um zu begeistern.
- Praktische Übungen, die dir sofort mehr Sicherheit geben.

14:15 – 14:30 Uhr | Pause

14:30 – 15:30 Uhr | Authentisches und selbstsicheres Auftreten

- Deine Nervosität in positive Energie umwandeln.
- Authentizität: Wie du dir selbst treu bleibst und andere beeindruckst.
- Abschlussübungen, Feedback und Reflexion.