



11.08. - 15.08.2025

Deine Stimme im Beruf:

Ausdruckskraft & Präsenz für den Berufsalltag trainieren

Montag, 11.08.2025

Anreise

- 12.30 – 13.30 Uhr Mittagessen
- 13.30 – 15.30 Uhr Vorstellungsrunde, Einführung: Stimm-einsatz im Beruf
- 16.00 – 18.00 Uhr Unsere Haltung und deren Wirkung, Diskurs + Übungen
- 19.00 – 20.30 Uhr Präsenz der pol. Persönlichkeit - erlernte Kunst o. authentische Darstellung?

Mittwoch, 13.08.2025

- 9.00 – 10.30 Uhr Meine Überzeugungskraft
- 11.00 – 12.30 Uhr Fortsetzung
- 14.00 – 15.30 Uhr "Neues Arbeiten" - werden Fehler im System durch Selbstoptimierungsdruck kaschiert?
- 16.00 – 18.00 Uhr Fortsetzung und Übungen: Standpunktsicherheit + Überzeugungskraft

Freitag, 15.08.2025

- 9.00 – 10.30 Uhr Spontanität, Authentizität & Selbstsicherheit bei hierarchischen Strukturen
- 11.00 – 12.30 Uhr Fortsetzung
- 13.30 – 15.30 Uhr Zusammenfassung & Reflexion des Seminars, Feedback und Abschluss
- 15.30 Uhr **Ende & Abreise**

Täglich:

- 8.00 – 9.00 Uhr Frühstück
- 10.30 – 11.00 Uhr Kaffeepause
- 12.30 – 13.30 Uhr Mittagessen
- 15.30 – 16.00 Uhr Kaffeepause
- 18.00 – 19.00 Uhr Abendessen
- 19.00 – 20.30 Uhr Unterricht nach Bedarf oder Freizeit: Sauna, Schwimmbad ...



NORDSEE AKADEMIE

B I L D U N G S U R L A U B

Dienstag, 12.08.2025

- 9.00 – 10.30 Uhr Der Stimm- und Sprachapparat
- 11.00 – 12.30 Uhr Die Funktion der Atmung für Stimme & Sprechen
- 14.00 – 15.30 Uhr Sprach-, Sprech- & Stimmbildung für Gespräche
- 16.00 – 18.00 Uhr Die Rednerstimme im historischen Kontext: Zeitgeist u. Rednerstimme erfolgreicher Frauen

Donnerstag, 14.08.2025

- 9.00 – 10.30 Uhr Präsenz durch inneren Fokus
- 11.00 – 12.30 Uhr Fortsetzung u. Konzentrationstechniken für souveräne Auftritte
- 14.00 – 15.30 Uhr Kommunikationskompetenz am Arbeitsplatz: "Wie werde ich wahrgenommen?"
- 16.00 – 18.00 Uhr Umsetzungskompetenz / Lehrgespräch

Preise:

- Einzelzimmer: 769 € p. P.
- Firmenpreis: 999 € p. P. inkl. MwSt.
- Doppelzimmer: 729 € p. P.
- Tagesgast: 669 € p. P. inkl. VP

Frühbucherrabatt: minus 50 € auf die o.g. Preise. Gilt für eingehende Online-Anmeldung bis zum 31.10.2024.

Alle Preise inkl. Kost & Logis, Unterlagen sowie Eintritt im angrenzenden Schwimmbad mit Sauna.

Buchungen: www.nordsee-akademie.de
Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, 25917 Leck

Nächste Möglichkeit: 2026

Programmänderungen vorbehalten.



Seminarleitung: Hella Prockat
Diplom-Musikpädagogin für Gesang, Atemtherapeutin