



2-TAGES TRAINING

ENDLICH SELBSTBEWUSST & ERFOLGREICH PRÄSENTIEREN! – AM 24. & 25.01.26 IN DEN HOLLERHÖFEN

Selbstbewusst. Überzeugend. Erfolgreich.

Sie möchten Ihre Präsentationen mit mehr Klarheit, Ausstrahlung und Selbstsicherheit gestalten? Sie wünschen sich, mit Ihrer Stimme, Ihrer Körpersprache und Ihrer Persönlichkeit wirklich anzukommen – egal ob im Meeting, auf der Bühne oder vor der Kamera? Dann ist unser **2-tägiges Training „Endlich selbstbewusst & erfolgreich präsentieren!“** genau das Richtige für Sie!

Unter der Leitung von **Michelle Kapitany, Stimm- & und Präsenztrainerin**, lernen Sie in inspirierender Atmosphäre der **Hollerhöfe**, wie Sie **Ihre Stimme gezielt einsetzen, Ihre Körpersprache bewusst nutzen und mit lebendiger Sprache Ihr Publikum begeistern.**

Durch individuelles Feedback, Videoanalysen und maßgeschneiderte Übungen entwickeln Sie Ihre persönliche Präsentationskompetenz weiter – Schritt für Schritt, ganz ohne Druck.

ALLE INFOS AUF EINEN BLICK

Zielgruppe: Alle, die im Berufsalltag regelmäßig sprechen und präsentieren

Termin: 24. & 25. 01. 2026, jeweils von 9:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Hollerhöfe – inmitten der Natur, ideal zum Lernen & Auftanken

Gruppengröße: 4–10 Teilnehmende – für maximale individuelle Betreuung

Teilnahmegebühr: 849,00 € zzgl. MwSt.
(Übernachungskosten in den Hollerhöfen nicht inbegriffen)

JETZT ANMELDEN

Die Buchung erfolgt direkt über die Hollerhöfe.

✉ Schreiben Sie einfach eine E-Mail an:
rezeption@hollerhoeffe.de

Trainingsinhalte –

kompakt & praxisnah

24.+25.
Januar
2026



Das Training ist modular aufgebaut und verbindet fundiertes Fachwissen mit vielen praktischen Übungen.

Tag 1 – Stimme finden & Präsenz aufbauen

Modul 1 – Finde Deine Stimme

- Die individuelle Sprechstimmlage entdecken
- Atemtechnik gezielt & schonend einsetzen für Stimmklang & Lautstärke
- Sprechgeschwindigkeit und Pausensetzung bewusst gestalten
- Stimm-Modulation für mehr Lebendigkeit im Vortrag

Modul 2 – Körpersprache & Ausdruck stärken

- Souverän auftreten durch bewusste Körperhaltung
- Gestik, Mimik und Körpersprache gezielt einsetzen
- Mit Storytelling und bildhafter Sprache begeistern
- Tipps für Online-Meetings & Telefonkonferenzen

Tag 2 – Wirkung sichtbar machen & nachhaltig trainieren

Modul 3 – Präsentation mit Videoanalyse

- Kurze Präsentation mit Videoaufzeichnung
- Gemeinsame Analyse und individuelles Feedback
- Optional: Wiederholung der Präsentation mit Optimierung
- Strategien zur Reduktion von Lampenfieber

Modul 4 – Ihr persönlicher Trainingsplan

- Reflexion & Selbsteinschätzung
- Erstellung eines individuellen Trainingsplans
- Konkrete Tools für die Umsetzung im Alltag

Ergänzende Materialien

- Handout mit allen Inhalten
- Fotoprotokoll im Anschluss per E-Mail

ENDLICH SELBSTBEWUSST & ERFOLGREICH PRÄSENTIEREN!