



17.06.-21.06.2024

Deine Stimme im Beruf:

Ausdruckskraft & Präsenz für den Berufsalltag trainieren

Mit Stimme & Ausstrahlung in beruflichen und gesellschaftlichen Auftritten überzeugen

Montag, 17.06.2024

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, 19.06.2024

09.00 – 10.30 Uhr Meine Überzeugungskraft
Fortsetzung

11.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 15.30 Uhr "Neues Arbeiten" - werden Fehler
im System durch Selbstoptimierungs-
druck kaschiert?

16.00 – 18.00 Uhr Fortsetzung und Übungen: Stand-
punktsicherheit + Überzeugungs-
kraft

Freitag, 21.06.2024

09.00 -10.30 Uhr Spontanität, Authentizität & Selbst-
sicherheit 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 – 09.00 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, 18.06.2024

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

Preise 2024:

Einzelzimmer 685 € p. P.

Doppelzimmer 645 € p. P.

Tagesgast 585 € p. P. inkl. Vollpension

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

Buchungen: www.nordsee-akademie.de

Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, 25917 Leck

Donnerstag, 20.06.2024

09.00 – 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



Leben und Lernen



Seminarleitung: **Hella Prockat**
Diplom-Musikpädagogin für
Gesang, Atemtherapeutin