

# "Charismatraining"

## Darum geht's

Überzeugendes Auftreten und eine strahlende Erscheinung sind trainierbar! In diesem Workshop setzen wir uns mit den Faktoren einer charismatischen Ausstrahlung auseinander. Ihr Einsatz: hohes persönliches Engagement, damit Ihre innere Perle nach außen strahlen darf.

## Ihr Nutzen

- Verbesserung des Körper- und Selbstbewusstseins
- Die eigene Stimme als charismatisches Werkzeug erfahren
- Schulung der Visionsfähigkeit
- Wege zur eigenen Mitte und inneren Ruhe erfahren
- Stärkung des Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten und Ressourcen
- Voll motiviert die anderen motivieren
- Erfahrungsaustausch

## Inhalte

- Körper- und Stimmtraining
- Meditationen & Konzentrationsübungen
- Atem – und Lachtraining
- Mentale Techniken zur Erfolgsaura
- Fremdbild und Selbstbildwahrnehmung
- Gelassenheits-Training

## Methoden

Fachinputs, Einzel- und Gruppenarbeiten, Verschiedene Atem-, Bewusstseins- und Konzentrationsübungen und Erfahrungsaustausch

## Zielgruppe

Alle Damen und Herren, die das Geheimnis der „Erfolgsaura“ kennen lernen und ihre eigene erhöhen wollen!

|                   | Dauer        | Maximale Teilnehmerzahl |
|-------------------|--------------|-------------------------|
| Seminar ganztägig | 8 Stunden    | 14                      |
| Seminar 2-tägig   | 2x 8 Stunden | 14                      |

Oben angeführte Dauer und Teilnehmerzahl sind ungefähre Angebote – alles ist möglich!  
Für individuelle Wünsche kontaktieren Sie mich einfach.