

# Starker Auftritt

## Präsenz durch Körper und Stimme zeigen

Kursnummer 26Z381351

---

Beginn Samstag, 09.05.2026, 10:00 - 15:30 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS Studienhaus, Raum 316

---

Dozent Elena Nicodemus

---

Kursentgelt 49,00 €

---

In diesem Workshop geht es darum, wie Sie ein sicheres, lockeres Auftreten vor Gruppen erlangen können. Wie können Sie in Vorstellungsrunden oder bei Präsentationen vor Gruppen sprechen ohne den Atem zu verlieren, Ihre Körpersprache natürlich einsetzen und souverän mit Ihrem Publikum kommunizieren? Mit spielerischen Übungen und Improvisationen aus dem Theaterbereich lernen Sie sich und Ihre Wirkung nach außen besser kennen. Sie erforschen Körper, Stimme und Haltung und üben, diese bewusst einzusetzen und zu verändern. Leichtigkeit und Humor spielen dabei eine große Rolle. Hier geht es nicht um Perfektion sondern darum, als Persönlichkeit authentisch im Leben zu stehen.

### Kurstermine

**Datum Uhrzeit Ort**

---

09.05.2026 10:00 - 15:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 316

---

[zur Kursdetail-Seite](#)