

PRÄSENT IN MIR
PRÄSENT
IM LEBEN

Solo-Session
körper-energetisch-orientiert



Was möglich ist

»Präsent in mir, präsent im Leben« unterstützt Menschen, die sich gerne auf besondere Momente und Situationen im Leben vorbereiten, sodass das eigentliche Ereignis selbstsicher, authentisch und gelassen erlebt werden kann. Das Körper-, Sprech- und Stimmtraining ist dabei speziell auf dich und deine Bedürfnisse ausgerichtet.

»Präsent in mir, präsent im Leben« fördert starke Auftritte, souveräne Präsentationen, gelassene Vorträge und einfach mehr lebendige Präsenz im Leben.

Konkret erweitern wir dein körperliches, sprachliches und stimmliches Ausdrucksrepertoire, entwickeln und stärken deine Selbstwirksamkeit bei Auftritten, Präsentationen, Vorträgen und kraftvoll freundlich im Leben. Dabei wirkt das Äußere auf das Innere und wiederum das Innen auf das Außen. Stärkst du dich, stärkst du deine Präsenz im Leben.

Eine Solo-Session dauert jeweils eineinhalb Stunden. Vorab telefonieren wir, um dein Anliegen persönlich zu besprechen. Bitte schreibe mir eine Mail oder rufe mich zur Verabredung an.

+49 176 23215155
kontakt@silkenachtigahl.de