



# hundert jahre neugierig

## **Reden und Präsentieren – ganz entspannt**

Eine Präsentation vor Kunden, eine Rede anlässlich eines Hochzeitsfestes oder eine Laudatio auf die Arbeitskollegin? Wenn dieser Gedanke bei Ihnen Nervosität und Lampenfieber auslöst, sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie lernen, wie Sie Ihre Präsentationstechniken mithilfe der AlexanderTechnik optimieren können. Indem Sie Verspannungen besser wahrnehmen und Stimme und Haltung verbessern, sind Sie im entscheidenden Moment präsent und im Gleichgewicht und sehen Ihrem Auftritt gelassener entgegen.

### **Leitung**

Antje Reichenbächer-Thoma, Komplementärtherapeutin mit eidg. Diplom AlexanderTechnik

---

**Dienstag, 21.05.19-11.06.19, 18.30-20.15 h, 4-mal**

Universität Basel, Kollegienhaus, Petersplatz 1, Basel

Kurspreis: CHF 228.00

Volkshochschule beider Basel, T 061 269 86 66, [www.vhsbb.ch](http://www.vhsbb.ch)