



### Workshop 'Stem af op je kracht'

Uw uitstraling is uw visitekaartje en wordt mede bepaald door lichaamshouding en stemgebruik. 'Het hart klopt me in de keel' 'Mijn keel zit dicht van angst' 'Hij zit erbij als een zoutzak'.

In deze training gaan we op ontdekkingsreis naar hoe we overkomen op anderen. De deelnemers ontdekken dat bewust zijn van lichaamshouding en stemgebruik het verschil kan maken voor zelfvertrouwen en een optimale presentatie met meer resultaat.

### Waarom deelnemen aan deze workshop?

Er zijn verschillende redenen om deel te nemen aan deze workshop.

- . U wilt een goede indruk maken in een netwerkgesprek.
- . U gaat zelfverzekerd naar uw sollicitatie.
- . Door uw duidelijke presentatie haalt u een klant binnen.
- . U heeft overwicht in een belangrijke vergadering.

### Voor wie is deze workshop?

- Voor iedereen die zich zo optimaal mogelijk wil/moet presenteren
- Werkzoekenden in een netwerk of sollicitatie setting en/of werknemers die belang hebben bij handvatten om zo goed mogelijk voor de dag te komen wat betreft hun presentatie.

### Wat is het resultaat?

Na afloop van de workshop

- . Bent u zich bewust van uw lichaamshouding, adem en stemgebruik.
- . Hebt u handvatten voor positieve verandering.
- . Presenteert u zich vol zelfvertrouwen.

Na inventarisatie van uw mogelijkheden en specifieke leervraag gaan we aan de slag met lichaamswerk, ademgevoel en stemoefeningen, die we linken aan het kernkwadrant van Ofman en de Voice Dialogue methode.

We spreken en zingen onze naam met onze grootste kwaliteit.

We zingen vol overtuiging een canon en we voelen onze kracht in ons lichaam en onze stem.

### Wil je deelnemen?

<b>Duur:</b>	1 dag van 9.30- 17.00 uur
<b>Datum:</b>	Vrijdag 30 september 2011
<b>Plaats:</b>	Studio De Afstemming Hoogland
<b>Trainer:</b>	Marjolein Koetsier (coach en zangeres)
<b>Kosten:</b>	Deelname kost €185,- p.p. ( excl. BTW) koffie, thee en lunch zijn inbegrepen.
<b>In-company:</b>	Deze workshop kan ook in-company gegeven worden. Neem hiervoor contact met ons op.

**Aantal deelnemers:** Minimaal 4 en maximaal 6