

## Tagesseminar „Klar, prägnant, überzeugend: Medientraining für Führungs- kräfte“

### **Seminarinhalt:**

Professionelle und überzeugende Kommunikation ist ein wesentlicher Erfolgsfaktor: Botschaften müssen klar, verständlich und glaubwürdig vermittelt werden. Egal, ob es um die persönliche Ausstrahlung und Präsenz geht, den Umgang mit kritischen Fragen oder auch die Verbesserung nonverbaler Kommunikation: in diesem Seminar werden die Teilnehmer mit vielen wichtigen Themen vertraut gemacht, so dass sie ihren Auftritt vor der Presse gekonnt meistern können.

Das Seminar verbindet mit einem ganzheitlichen Ansatz gekonnt alle Aspekte der Kommunikation miteinander.

Themen dieses Seminars:

- ✓ Meine Wirkung: Authentisch, sympathisch, glaubwürdig und überzeugend
  - ✓ Optimale Nutzung von Sprache, Mimik und Gestik
  - ✓ Verhalten vor der Kamera: Blickkontakt, Körperhaltung und Ausdruck
  - ✓ Tipps und Tricks für die Interaktion mit Journalisten
  - ✓ Umgang mit kritischen Fragen und schwierigen Situationen
  - ✓ Embodiment-Übungen
  - ✓ Umgang mit Lampenfieber und Nervosität
  - ✓ Praktische Übungen vor Kamera und Mikrofon
- ➔ Mit praktischen Übungen vor Kamera und Mikrofon.

### **Zeit und Ort:**

Das Seminar findet am Freitag, 6. Februar 2026, von 09:30 – 17:30 Uhr im Haus der Bayerischen Wirtschaft (Max-Joseph-Str. 5, 80333 München) statt.

**Kosten:**

950 Euro zzgl. MwSt. (inkl. Verpflegung)

**Teilnehmerzahl:**

2 (min) – 10 (max)

**Seminarleitung:**

**Dr. Judith Brenneis** ist Moderatorin, Kommunikationstrainerin und ehemalige Leistungssportlerin – mit über 20 Jahren Erfahrung auf Bühnen, in Studios und Trainingsräumen. Mit Energie, Empathie und klarer Methodik bringt sie Menschen dazu, ihr kommunikatives Potenzial zu entfalten und souverän aufzutreten.