

# Wirkungsvoll sprechen – Stimme und Sprechen online einsetzen



## Intensiv-Seminar

- Präsenz durch Körperhaltung erlangen
  - Atem und Entspannung gezielt nutzen
  - Klangvoll, klar und deutlich sprechen
  - Flüssig und anschaulich formulieren
- Weitere Themen und Details im Innenteil ►

Sprechen Sie online  
mit Präsenz und  
Überzeugung – Ihre  
Stimme als Schlüssel  
zum Erfolg!

**20** Jahre  
AKADEMIE  
HEIDELBERG.

### Referentin



Ursula Fetzer  
Coachin und Trainerin für Auftritt,  
Stimme und Kommunikation  
Fetzer-Seminare, Heidelberg

## Programm

### Einführung: Wirkungsvoll sprechen

- Lernen Sie das Zusammenspiel von Körper, Atem, Stimme und Sprechen kennen

### Präsenz durch Körperhaltung erlangen

- Entwickeln Sie körperliche Präsenz, die Ihre Ausstrahlung stärkt
- Lernen Sie, wie Ihre Körperhaltung Ihre Stimme unterstützen kann

### Atem und Entspannung gezielt nutzen

- Schulen Sie Ihre Selbstwahrnehmung, um Körpersignale besser zu erkennen
- Nutzen Sie Atemtechniken zur Stressregulierung und Stabilisierung Ihrer Stimme
- Entdecken Sie einfache Entspannungsstrategien, die speziell für die Arbeit vor dem Bildschirm geeignet sind

### Klangvolle, klar und deutlich sprechen

- Lernen Sie, Ihre Stimme gezielt einzusetzen, um überzeugender zu wirken
- Schärfen Sie Ihre Aussprache für eine klare, präzise Kommunikation
- Üben Sie, Füllwörter wie „ähm“ bewusst zu vermeiden

### Flüssig und anschaulich formulieren

- Üben Sie, spontan und frei zu sprechen, ohne den roten Faden zu verlieren
- Lernen Sie Sprechausdrucksmittel kennen, um Ihre Botschaften lebendiger zu gestalten
- Erzählen Sie spannend und fesselnd, um Ihre Zuhörer\*innen zu begeistern

## Seminarziel

Gerade in Online-Veranstaltungen, in denen der persönliche Kontakt oft eingeschränkt ist, entscheidet das WIE maßgeblich darüber, ob Sie Ihre Zuhörenden nicht nur mit den Inhalten, sondern auch emotional erreichen. Nur wenn Sie überzeugend sprechen, gelingt es Ihnen, Verstand und Herz Ihrer Zuhörenden zu erreichen – und so nachhaltig für Ihre Themen zu begeistern.

Das Seminar vermittelt Ihnen, wie Sie Ihre Stimme und Ihre Körpersprache bewusst einsetzen, um in Online-Formaten klar, klangvoll und überzeugend zu sprechen. Sie lernen, Ihre persönliche Präsenz zu stärken, Atemtechniken und Entspannungsstrategien zur Stressbewältigung anzuwenden und Ihre Inhalte präzise und lebendig zu formulieren.

Ziel ist es, Ihnen die Fähigkeit zu geben, auch in virtuellen Räumen selbstsicher aufzutreten, Ihre Botschaften wirkungsvoll zu transportieren und Ihre Zuhörer\*innen nachhaltig zu begeistern.

## Wissenswertes

### Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre persönliche Präsenz und kommunikative Wirkung in Online-Meetings, Präsentationen oder Telefonaten stärken möchten. Es ist ideal für Menschen, die:

- an ihrer Stimme und ihrem Sprechen arbeiten wollen
- in Online-Formaten souverän und wirkungsvoll auftreten möchten
- ihre Botschaften gezielt, klar und überzeugend vermitteln möchten

Die Veranstaltung ist auf 10 Teilnehmende begrenzt, um eine Atmosphäre zu gewährleisten, in der die anspruchsvolle Thematik praxisnah vermittelt und auf Fragen intensiv eingegangen werden kann.

### Ihre Vorteile

- Steigerung der Online-Präsenz durch bewusste Nutzung von Stimme, Körper und Atem
- Klar und überzeugend sprechen für wirksame Kommunikation
- Souveränes Auftreten dank Entspannungs- und Atemtechniken
- Lebendige Präsentation Ihrer Inhalte für begeisterte Zuhörer\*innen

## Unsere Referentin



### Ursula Fetzer

Coachin und Trainerin für Auftritt, Stimme und Kommunikation  
Fetzer-Seminare, Heidelberg

*Ursula Fetzer ist seit über 30 Jahren als freiberufliche Trainerin, Coachin und Dozentin bundesweit für unterschiedlichste Unternehmen, Stiftungen und Bildungseinrichtungen tätig. Als Sprechwissenschaftlerin (DGSS) und Atemtherapeutin (HAG) liegt ihr Fokus auf Bereichen wie Auftrittsschulung, Atem-, Stimm- und Sprechbildung und Präsentationstraining. Darüber hinaus begleitet sie als Kommunikationstrainerin und Coachin (dvct) Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und unterstützt sie in den Bereichen Gesprächsführung, Konfliktmanagement und Umgang mit beruflichen und privaten Veränderungsprozessen. Sie kombiniert in ihren Seminaren und Coachings Ansätze aus der Kommunikationswissenschaft, Tiefenpsychologie, Transaktionsanalyse und systemischen Beratung mit Methoden des Improvisationstheaters, die ihren Seminaren Spontanität und Leichtigkeit geben.*

## KI als Schreibassistent Texte effizient gestalten mit ChatGPT

21. März 2025, Online-Veranstaltung

## Design your Brand: Erste Schritte mit Canva für Social Media

31. März 2025, Online-Veranstaltung

## So geht Instagram-Reichweite:

### Erfolgsstrategien mit Reels, Storys und Hashtags

16. Mai 2025, Online-Veranstaltung

## Projektmanagement für die Assistenz

20./ 21. Mai 2025, Online-Veranstaltung

## Storytelling für mehr Reichweite: Mit KI bessere

### Social-Media-Texte schreiben

1. Juli 2025, Online-Veranstaltung

## Sicher auftreten, digital wirken

7. Oktober / 4. November 2025, Online-Veranstaltung

## Maßgeschneiderte Inhouse–Schulungen

Schon einmal über ein Inhouse–Seminar nachgedacht?

Ihre Vorteile:

- Qualifizierte Beratung und Umsetzung
- Erfahrene Referenten mit hoher methodischer Kompetenz
- Individuell angepasste Schulungsinhalte
- Top Preis-Leistungsverhältnis
- Keine Reise- und Hotelkosten für Ihre Mitarbeitenden

Gerne konzipieren wir für Sie eine maßgeschneiderte Inhouse-Schulung zu diesem und vielen anderen Themen!

Sprechen Sie uns einfach an.

Tel.: 06221/65033-0; E-Mail: [info@akademie-heidelberg.de](mailto:info@akademie-heidelberg.de)

## Anmeldeformular

Wirkungsvoll sprechen – Stimme und Sprechen online einsetzen

Name

Vorname

Position

Firma

Straße

PLZ / Ort

Telefon/Fax

E-Mail

Name der Assistenz

Datum Unterschrift

Senden Sie Ihre Anmeldung bitte an: [anmeldung@akademie-heidelberg.de](mailto:anmeldung@akademie-heidelberg.de)

### Termin und Seminarzeiten

Mo./Di., 7./8. Juli 2025

9:00–12:30 Uhr

Online-Zugang ab 8:45 Uhr

Seminar-Nr. 25 07 SW535 W

### Teilnahmegebühr

€ 490,- (zzgl. gesetzl. USt)

Die Gebühr beinhaltet die Teilnahme am Online-Seminar sowie die Präsentation als PDF-Datei.

Im Anschluss an das Seminar erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihnen die Teilnahme an der Fortbildung bestätigt.

### Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (Stand: 01.01.2010), die wir Ihnen auf Wunsch gerne zusenden. Diese können Sie jederzeit auch auf unserer Website einsehen: [www.akademie-heidelberg.de/agb](http://www.akademie-heidelberg.de/agb)

### Zum Ablauf

- Vor dem Seminartag erhalten Sie von uns eine E-Mail mit einem Link, über den Sie sich direkt in die Online-Veranstaltung einwählen können.
- Für Ihre Teilnahme ist es nicht notwendig, ein Programm herunterzuladen. Sie können am Seminar direkt per Zoom im Browser teilnehmen.
- Über Ihr Mikrofon und Ihre Kamera können Sie jederzeit Fragen stellen und mit den Referierenden und weiteren Teilnehmenden diskutieren. Alternativ steht auch ein Chat zur Verfügung.



**AH Akademie für Fortbildung Heidelberg GmbH**  
Maaßstraße 28 · 69123 Heidelberg  
Telefon 06221/65033-0  
[info@akademie-heidelberg.de](mailto:info@akademie-heidelberg.de)  
[www.akademie-heidelberg.de](http://www.akademie-heidelberg.de)