



RAUS MIT DER SPRACHE!

TRAINING FÜR STIMME,
SPRECHEN UND KÖRPERSPRACHE

Liebe Leser, Kunden, Freunde, Teilnehmer und Interessierte,

Was für ein Jahr! Ich habe den Eindruck – wie sicherlich viele von Euch / Ihnen – auf unserem Planeten ist gerade sehr viel in fürchterlicher Schiefelage, das und alle etwas ratlos oder nervös macht.

Aber es gab und gibt auch viel Großartiges! - z.B.:

Ich bedanke mich von Herzen

- dass viele schon bekannte Kunden mir auch in diesem Jahr wieder treu geblieben sind
- dass viele neue Kunden mich gesucht, gefunden und beauftragt haben (jetzt auch in der Schweiz: Lieben Gruß an die Universität Basel)
- dass meine Teilnehmer und Coachees mir ihr Vertrauen geschenkt haben, Dinge mutig auszuprobieren, die Ihnen erst mal fremd erschienen, um die Veränderungsprozesse anzustoßen, die Sie sich gewünscht haben ... - Ich sag nur: „Plauze loslassen“ ;-)
- dass ich jeden Tag das tun darf, was mir sehr viel Freude macht: Menschen dabei zu unterstützen zu finden was sie suchen ...

Also in einem Satz: Danke für den schönsten Job der Welt!

Ich wünsche Ihnen für's kommende Jahr tausend Mal 1 Sekunde Zeit!

Wofür???

Na - zum Atmen!

Mit einem frei beweglichen Zwerchfell

- mühelos – frei – locker – Ruhe bringend – Klarheit schaffend – Kraft schöpfend – Stimme öffnend ...

Ich hatte vor einigen Tagen, mal wieder ;-), einen Coachee, der – nachdem ich ihm die Atemtechnik für's Sprechen beigebracht habe – sagte: "Ich glaube, dass ich eigentlich gar keine Zeit zum Atmen habe, bzw. ich mir die Zeit nicht genommen, erlaubt oder gegönnt habe... – unglaublich?!"

Mannomann, das muss man sich mal auf der entspannten Zunge zergehen lassen ...

Keine Zeit zum einatmen!!!??? wie meine Sohn im Moment immer sagt: „ERNSTHAFT?“

Gute, lockere, mühelose Einatmung für's Sprechen dauert nur ca. 1 Sekunde.

Aber: da wir im Durchschnitt pro Tag 20.000 Mal atmen, haben Sie ab jetzt genügend Gelegenheiten zu üben ;-)

Dabei wünsche ich Ihnen in den hoffentlich entspannten Feiertagen viel Freude und Genuss!

Ich wünsche allen eine friedliche, entspannte und gesunde Weihnachten
und einen fröhlichen Rutsch in 2018,

Ihre / Eure

Katharina Padleschat

Raus mit der Sprache!
**Katharina Padleschat - Training für Stimme, Sprechen und
Körpersprache**

Drakestr.33
40545 Düsseldorf

Mobil: 0172/2137406
info@rausmitdersprache.com
www.rausmitdersprache.com

RAUS MIT DER SPRACHE!

Wenn Sie keinen Newsletter mehr erhalten möchten, dann bitte einfach kurz per E-Mail Bescheid geben.