

# Barbara Zapatka Präsentationstraining

## Fit für die Präsentation mit Yoga und Spaß!

Verbessern Sie Ihre Befindlichkeit bei Business-Auftritten. Körper und Geist werden in Einklang gebracht. Ihr Energieniveau wird insgesamt angehoben, Stimme und Körpersprache wirken authentisch. Geeignet für ungeübte Redner, Erfahrene und Profis.



## Kenntnisse und Erfahrungen

Barbara Zapatka wurde **2008** als **Meditationskursleiterin** (BYVG) zertifiziert.

Nach einer 2-jährigen Ausbildung bei Yoga-Vidya ist sie seit **2010** **zertifizierte Yogalehrerin** der Sivananda-Tradition (Bund der Yoga-Vidya Lehrer und der European Federation of Yoga Teachers Association).

Intensiv-Weiterbildung im Bereich **Business-Yoga 2010** bei Yoga-Vidya.

**2012** schloss sie Ihre Ausbildung zur **zertifizierten Business-Trainerin, Moderatorin und Prozessbegleiterin** bei Coatrain Coaching & personal Training GmbH, Hamburg ab.

**Yoga-Stil und Unterrichtserfahrung:** seit 2010 gibt Barbara Zapatka fortlaufend Yoga- und Präsentationstrainings einerseits als gymnasiale Fortbildungen und andererseits im Rahmen ihrer Selbständigkeit für Business-Kunden. Sie unterrichtet Hatha Yoga nach der Sivananda Methode.

## Schwerpunkte

- Lampenfieberprävention
- Stressabbau
- Verbesserung der Körpersprache und des stimmlichen Ausdrucks
- Sicheres Präsentieren

## Angebote

- Trainings für Einzelkunden
- Trainings für Unternehmen
- 2 Tages- Trainings mit den Themen: Businessyoga und Körpersprache, Business Yoga und Stimme, Business Yoga und freies Sprechen

## Kontakt

Barbara Zapatka

Tel.: 0173 31 08 301

E-Mail: [info@barbarazapatka.de](mailto:info@barbarazapatka.de)

Web: [www.barbarazapatka.de](http://www.barbarazapatka.de)



PRÄSENTATIONSTRAINING