Gleich geht's los!
Checkliste unmittelbar vor der Präsentation

Ich atme tief durch.

Ich stehe gerade und fest auf beiden Beinen.

Ich warte, bis Ruhe herrscht.

Ich nehme Blick-kontakt mit den Zuhörern auf.

Ich beginne erst,wenn alle Technik vorbereitet ist.

Ich variiere mein Sprechtempo.

Ich spreche deutlich und betone wichtige Stellen.

Ich mache kurze Sprech-pausen.

Ich unterstreiche durch Gesten.

Vormbaum