GUIDE · DU BIST DER REDE WERT · ZEITPLAN FÜR VORTRÄGE

Wer pünktlich aufhört, bleibt im Kopf.



Das aus dem Reel, nur komplett: mein Zeitplan für jeden Vortrag. Damit das Wichtigste nicht in den letzten fünf Minuten untergeht.

TIM CHRISTOPHER GASSE · @TIMCHRISTOPHERGASSE · NOVEMBER 2026

1
Die 80-Prozent-Regel
Warum du nie die ganze Redezeit verplanst.

2
Der Zeitplan
Eine Vorlage, die für zehn Minuten genauso funktioniert wie für eine Stunde.

3
Ein Beispiel
Derselbe Vortrag, einmal überzogen, einmal pünktlich.

TEIL 1 · WORUM ES GEHT

Nicht zu wenig Zeit. Zu viel eingeplant.

Es sind noch knapp fünf Minuten, und du hast erst die Hälfte deiner Folien.

Also schaltest du in den Turbo. Du redest schneller, du klickst durch, und das Wichtigste kommt ganz am Ende. Genau das hört keiner mehr, weil alle schon seit Minuten auf die Uhr schauen. Das Problem entsteht nicht vorne, sondern am Schreibtisch: Wer die ganze Redezeit mit Inhalt füllt, hat keinen Puffer für Fragen, Technik und Unterbrechungen. Und die kommen immer.

DER ZEITPLAN IN FÜNF SCHRITTEN

01

80 Prozent

Du planst nur 80 Prozent der Redezeit mit Inhalt.

02

Wichtigstes nach vorn

Deine Kernbotschaft kommt in das erste Drittel, nicht ans Ende.

03

Streichliste

Du markierst vorher, welche Teile wegfallen, wenn es knapp wird.

04

Zwischenzeiten

Du weißt, bei welcher Folie du zur Halbzeit sein musst.

05

Pünktlich enden

Lieber eine Minute früher fertig als eine Minute zu spät.

GUT ZU WISSEN

Vorträge dauern fast immer länger als geprobt: Begrüßung, Technik, eine Rückfrage, ein spontanes Beispiel. Wer alle Minuten verplant, überzieht sicher. **Nicht schneller reden, sondern das Unwichtige weglassen.**

Der Zeitplan für jeden Vortrag

Trag deine Redezeit oben ein und rechne die Minuten aus. Die **[eckigen Klammern]** füllst du für deinen nächsten Vortrag aus.

ZEITPLAN · FÜR JEDEN VORTRAG

MEINE REDEZEIT: [.....] Minuten
DAVON INHALT (80 Prozent): [.....] Minuten
PUFFER (20 Prozent): [.....] Minuten

DER AUFBAU

Einstieg (10 Prozent): [.....] Min.
Kernbotschaft (früh!): [.....] Min.
Punkt 1: [.....] Min.
Punkt 2: [.....] Min.
Punkt 3: [.....] Min.
Schluss (5 Prozent): [.....] Min.

MEINE STREICHLISTE

Was wegfällt, wenn es knapp wird:
1. [.....]
2. [.....]
3. [.....]

MEINE ZWISCHENZEIT

Bei Minute [.....] bin ich bei Folie [.....].

WEITER AUF DER NÄCHSTEN SEITE →

WENN ES KNAPP WIRD

- Nicht schneller reden.
- Streichliste von oben nach unten abarbeiten.
- Kernbotschaft und Schluss bleiben immer.

DIE GOLDENE REGEL

Wer pünktlich aufhört, bleibt im Kopf.

DREI PROMPTS, MIT DENEN CLAUDE DIR HILFT

„Hier ist meine Präsentation und meine Redezeit. Rechne mir aus, wie viel Zeit ich pro Teil habe, wenn ich nur 80 Prozent verplane.“

„Welche Teile meiner Präsentation könnte ich weglassen, ohne dass die Kernbotschaft leidet? Sortiere sie von verzichtbar bis wichtig.“

„Meine Kernbotschaft steht bisher am Ende. Bau den Aufbau so um, dass sie im ersten Drittel kommt und der Schluss sie wieder aufgreift.“

PROFI-TIPP · DIE HALBZEIT-FOLIE

Markier dir in den Notizen die Folie, bei der du zur Hälfte der Zeit sein solltest. Ein Blick auf die Uhr an dieser Stelle, und du weißt, ob du kürzen musst.

WAS IN DEN PUFFER GEHÖRT

Begrüßung und Technik am Anfang, Rückfragen zwischendurch, ein Beispiel, das dir spontan einfällt. Und wenn nichts davon passiert: ein Ende, das zwei Minuten früher kommt. Darüber hat sich noch nie jemand beschwert.

SPICKZETTEL FÜR DIE HOSENTASCHE

80 Prozent planen. Kern nach vorn. Streichliste bereit. Nie schneller reden.

TEIL 3 · ANLEITUNG

So baust du deinen Zeitplan

Plan 20 Minuten ein, bevor du an den Folien feilst. Ein guter Zeitplan spart dir später Kürzen in letzter Minute.

1. **Redezeit klären**
   Wie lange hast du wirklich? Frag nach, ob Fragen in der Zeit enthalten sind.

2. **80 Prozent rechnen**
   Von der Redezeit nimmst du nur 80 Prozent für Inhalt.

3. **Kern nach vorn**
   Deine wichtigste Botschaft kommt ins erste Drittel.

4. **Streichliste schreiben**
   Drei Teile, die du opfern kannst, in der Reihenfolge, in der sie fallen.

5. **Mit Uhr proben**
   Einmal komplett laut mit Stoppuhr. Bist du über 80 Prozent, streichst du jetzt.

TIPP · DIE UHR IM BLICK

Leg dein Handy mit Stoppuhr oder eine kleine Uhr so hin, dass du sie siehst, ohne auf dein Handgelenk zu schauen. Der Blick zur Armbanduhr wirkt auf das Publikum wie Hektik.

ACHTUNG · NICHT ÜBERZIEHEN, AUCH NICHT EIN BISSCHEN

Wer überzieht, nimmt dem nächsten Redner Zeit und dem Publikum die Pause. Das bleibt mehr im Kopf als der Inhalt.

TEIL 4 · BEISPIEL-ERGEBNIS

Derselbe Vortrag, zwei Zeitpläne

Ein Werksleiter hat 20 Minuten auf der Führungskräftetagung. Beispiel gekürzt, alle Angaben erfunden.

VORHER	22 Folien, für 20 Minuten geplant. Die Technik braucht drei Minuten, dazu eine Rückfrage. Bei Minute 17 ist er bei Folie 12. Er klickt durch, die Kernbotschaft kommt bei Minute 23. Der Moderator winkt schon.
80 PROZENT	Inhalt für 16 Minuten, vier Minuten Puffer.
KERN NACH VORN	**„Wir senken den Ausschuss bis Jahresende um ein Drittel."** Das sagt er in Minute vier.
STREICHLISTE	Als die Technik hakt, lässt er das Detailbeispiel weg, wie vorher geplant.
ENDE	Er ist nach 19 Minuten fertig und schließt mit seiner Kernbotschaft. Eine Minute Zeit für Applaus und eine Frage.

WAS DU HIER SIEHST

Er hatte beim zweiten Mal weniger Folien und nicht weniger Inhalt. Und alle haben das Wichtigste gehört, weil es nicht am Ende kam.

DEINE AUFGABE FÜR HEUTE

Nimm deinen nächsten Vortrag, rechne 80 Prozent der Redezeit aus und schreib drei Teile auf, die du weglässt, wenn es knapp wird.

Tim Christopher Gasse

Ich habe die Bundeskanzlerin moderiert. Heute coache ich Geschäftsführer, Fach- und Führungskräfte, damit sie wirken, wenn es darauf ankommt.



ALS MODERATOR FÜR BUNDESKANZLERIN DR. ANGELA MERKEL

2015–2018
Moderator für Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel

TV & Radio
Journalist und Moderator, u. a. Sat.1 und WELT

13+ Jahre
Coach für Auftritt, Rhetorik und Executive Presence

Keynote
Speaker und Gründer von NEOP in Hannover

Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn die Kamera läuft und es keine zweite Chance gibt. Genau dieses Handwerk gebe ich weiter: im Einzelcoaching mit Geschäftsführern, in der Speaker-Ausbildung und in Trainings mit ganzen Teams. Und weil Vorbereitung heute anders geht, gehört KI für mich fest dazu.



Speaker-Ausbildung



Geschäftsführer-Training



Kommunikationstraining mit Teams

SO ARBEITE ICH

1

Kernbotschaft zuerst

Ein Satz, der trägt. Jeder Auftritt beginnt mit der einen Aussage, die im Raum bleiben soll.

2

Selfie-Coaching

Du nimmst dich auf und siehst, wie du wirklich wirkst. So schließt sich die Lücke zwischen Selbstbild und Wirkung.

3

Proben unter Druck

Mit Kamera, kritischen Fragen und Zeitlimit. Wir wiederholen, bis es sitzt.

NEOP

VOM PROMPT ZUM AUFTRITT

Die KI bereitet vor. Sprechen musst du.

Der Prompt bringt dir Botschaft und Struktur. Was im Raum passiert, wenn alle dich ansehen, ist Handwerk: Stimme, Pausen, Blick, der eine Satz im richtigen Moment. So arbeiten wir mit dir:

FÜR GESCHÄFTSFÜHRER

Speaking Leaders

1:1-Mentoring für souveränes Auftreten vor Beirat, Belegschaft, Kunden und Presse. Diskret, persönlich, auf deinen nächsten großen Termin ausgerichtet.

speaking-leaders.de →

MIT KI VORBEREITET

Führe mit KI

KI-Mentoring: Wie du Reden, Gespräche und Entscheidungen mit KI vorbereitest und dabei klingst wie du selbst.

fuehremitki.de →

FÜR FACH- UND FÜHRUNGSKRÄFTE

Du bist der Rede wert

Speaker-Coaching, Mentoring und die Speaker-Ausbildung mit Auftritt vor Publikum. Mit Selfie-Coaching, damit du siehst, wie du wirklich wirkst.

dubistderredewert.de →

FÜR TEAMS UND UNTERNEHMEN

Kommunikationstrainings

Präsentation, Storytelling, Führungskommunikation und Kommunikation unter Druck. Als Seminar oder als Presence & Performance Lab über mehrere Monate.

neweraofpresence.de →



PERSÖNLICH · KOSTENLOS

Lass uns über deinen nächsten Auftritt sprechen.

Im Erstgespräch klären wir, wo du stehst und welcher Weg zu dir passt.

Kostenloses Erstgespräch buchen →

Kostenloses Videotraining: **dubistderredewert.de** · Alle Guides: **fuehremitki.de/prompts**

Wirkung ist kein Talent. Wirkung ist Handwerk.