



**PRESENCE AND
PERFORMANCE LAB**

NEW ERA OF PRESENCE



TEILNEHMERINFORMATION · PRESENCE ACADEMY

LIVE-CALLS IM LAB

Fünf Sessions pro Woche. Du wählst, wann du Impulse brauchst.

Die Live-Calls sind der feste Entwicklungsrhythmus im Lab: kein Termin, den du überstehen musst, sondern ein offener Raum. Du bringst mit, was in den nächsten Wochen vor dir liegt, und wählst das Format, das dazu passt. **Deine Fragen bestimmen den Inhalt.**

5× pro Woche live

3 Formate

max. 120 Minuten

alle Calls aufgezeichnet



NEW ERA OF PRESENCE | WIRKUNG MIT SYSTEM. PRÄSENZ IM MOMENT.

SO LÄUFT EINE SESSION AB

Deine Fragen zählen. Nicht unsere Folien.

01 Kurzer Praxis-Impuls zu Beginn

Jede Session startet mit einem kompakten Impuls aus der Praxis. Steter Tropfen höhlt den Stein — Entwicklung entsteht durch Wiederholung, nicht durch Überfrachtung.

02 Schreib „Frage“ in den Chat

Danach gehört die Zeit dir. Unsere Trainer:innen beantworten die Fragen der Reihe nach — jede Frage kommt dran.

03 Kein Trainer-Monolog

Wir halten keine Vorträge. Wir arbeiten an dem, was du heute konkret vor dir hast.

04 Bring deine echte Situation mit

Präsentationen, Gespräche, Interviews, Herausforderungen oder Führungssituationen: Bring mit, was in den nächsten Wochen wirklich ansteht — nicht das, was theoretisch interessant wäre.

05 Vertiefung, wenn es relevant wird

Zeigt ein Thema überdurchschnittliche Relevanz für die Gruppe, gehen wir spontan und situationsbezogen in die Tiefe.

06 Wir üben. Statt zu dozieren.

Deine Situation simulieren wir direkt in der Gruppe. Drei Minuten genügen uns, um dir wirksame Impulse zu geben. Hier geht es nicht mehr um Theorie, sondern um Umsetzungssicherheit für den echten Moment.

07 Maximal 120 Minuten

Sind vorher alle Fragen beantwortet, endet die Session. Deine Zeit ist die knappste Ressource, die du hast.

DIE BRÜCKE

Von der Theorie in den Praxistag.

In den Live-Calls legen wir die Grundlage — die Vorbereitung für die Präsenz-Workshops, die 2× im Monat in der NEOP Academy in Hannover stattfinden: Presence Day und Performance Day, in der Regel am 1. und 3. Freitag, 9–17 Uhr. Was du hier verstehst, setzt du dort unter realen Bedingungen um.

WORUM ES GEHT

Weiterentwicklung passiert im Takt. Nicht im Event.

Fünfmal pro Woche öffnen wir den Raum — flexibel, immer dann, wenn du neue Impulse brauchst oder eine konkrete Frage hast — zu allem, was mit **Reden, Beziehungen und deiner (Selbst-)Führung** im Business-Kontext zu tun hat.

TAG	ZEIT	FORMAT	MIT DABEI
Montag	18:00	Micro Mentoring / Q&A Schnelle Impulse für aktuelle Fragen	Tim · Katharina
Dienstag	10:00	Impact Call Konkrete Situationen, klare Botschaften	Katharina · Tim
Dienstag	16:00	Impact Call Konkrete Situationen, klare Botschaften	Katharina · Tim
Donnerstag	10:00	Mindset Call Innere Klarheit, Ruhe unter Druck	Katharina · Timo
Donnerstag	16:00	Mindset Call Innere Klarheit, Ruhe unter Druck	Katharina · Timo

Du musst nicht alles mitnehmen. Wähle die Calls, die zu deiner aktuellen Situation passen — und hol dir den Rest über die Aufzeichnungen. Alle Live-Calls werden aufgezeichnet.

BITTE PÜNKTLICH EINLOGGEN

Wir starten zur angegebenen Zeit.

Bitte logge dich rechtzeitig ein und nicht erst auf den letzten Drücker — jede verspätete Ankunft unterbricht die Arbeit der anderen. Ist bis 10 Minuten nach Beginn niemand eingeloggt, findet die Session nicht statt.

DREI SCHWERPUNKTE

Für jede Frage der passende Raum.

Micro Mentoring / Q&A

Schnelle Impulse. Kurze Sparrings.

Dein flexibler Raum für aktuelle Fragen und direkte Impulse. Du bringst konkrete Situationen ein, holst Feedback oder arbeitest an kleinen, aber entscheidenden Details: einer Formulierung, einem Gesprächseinstieg, einer Präsentationsstruktur oder einer schwierigen Reaktion.

Montag, 18:00 Uhr · 1× pro Woche



TIM · KATHARINA

Impact Call

Konkrete Situationen. Direkte Umsetzung.

Hier arbeitest du an den Momenten, in denen deine Wirkung zählt: Meetings, Präsentationen, Gespräche, Entscheidungen. Du bringst ein reales Thema aus deinem Arbeitsalltag mit und entwickelst daraus eine klare Struktur, stärkere Botschaften und ein souveränes Auftreten.

Dienstag, 10:00 und 16:00 Uhr · 2× pro Woche



KATHARINA · TIM

Mindset Call

Innere Klarheit. Ruhe unter Druck.

Souveränes Auftreten beginnt nicht mit Worten, sondern mit Haltung. Du reflektierst, was dich in anspruchsvollen Situationen aus der Präsenz bringt — Druck, Unsicherheit, Perfektionismus — und entwickelst mehr Stabilität, Ruhe und Klarheit.

Donnerstag, 10:00 und 16:00 Uhr · 2× pro Woche



KATHARINA · TIMO

DU BIST NIE ALLEIN UNTERWEGS

Deine Menschen im Lab.

DEINE TRAINER:INNEN

**Katharina Naumann**

Micro Mentoring · Impact Call · Mindset Call

**Tim Christopher Gasse**

Micro Mentoring · Impact Call

**Timo Sternemann**

Mindset Call

DEINE ANSPRECHPARTNERINNEN

Malena und Natalie sind jederzeit für dich da — bei organisatorischen Fragen, beim technischen Zugang oder wenn du überlegst, welcher Call gerade der richtige für dich ist. **Schreib einfach kurz durch.**

**Malena Gahr**

malena@neop-consulting.de

**Natalie Bertram**

natalie@neop-consulting.de

TELEFON

0800 / 88 111 80

WHATSAPP

01520 / 6189964

PRESENCE ACADEMY

presence-academy.com

Presence & Performance Lab · NEOP Academy
www.presence-performance-lab.de

