

Checkliste: Der Tag des Auftritts

Vor dem Auftritt

- ✓ Haben Sie am Vorabend und noch einmal eine Stunde vor dem Vortrag den Raum gecheckt?
 - ✓ Sitzordnung passend?
 - ✓ Anzahl der Stühle der Teilnehmerzahl angepasst?
 - ✓ Bei Powerpoint- und Overhead-Präsentationen: Raum verdunkelbar?
 - ✓ Beleuchtung auf dem Podium für Vortragende genügend hell?
 - ✓ Gute Stifte für Flipchart vorhanden?
 - ✓ Funktioniert der Beamer?
 - ✓ Richtige Kabelverbindung zu Ihrem Laptop vorhanden?
 - ✓ Mikrophon mit Tontechniker eingestellt?
 - ✓ Zweitmikrophon vorhanden?
 - ✓ Raumtemperatur warm/kühl genug?
- ✓ Kleidung: Hebt sie sich vom Hintergrund ab? Ist sie der Raumtemperatur angepasst?
- ✓ Vorstellungsblatt dem Moderator/Veranstalter übergeben?
- ✓ Auftritt mit Moderator besprochen/geprobt?
- ✓ Stimme aufgewärmt (gähnen, singen, Grimassen schneiden)?

Essen und Trinken

- ✓ Haben Sie nur leicht gegessen?
- ✓ Kaffee, Tee, Energy-Drinks vermieden?
- ✓ Mineralwasser ohne Kohlensäure getrunken?
- ✓ Ist für Wasser während des Vortrags gesorgt?

Fünf Minuten vor dem Vortrag

- ✓ Hat der Vorredner die Zeit überzogen?
- ✓ Müssen Sie noch kurzfristig Passagen kürzen?
- ✓ Haben Sie an die mentale Einstellung gedacht?
- ✓ Haben Sie sich darauf konzentriert, Ihren Zuhörern wirklich etwas mitgeben zu wollen?
- ✓ Beim Aufstehen von Ihrem Stuhl: An die 10 Schritte zum Enthusiasmus gedacht?

Download der Checkliste möglich auf
www.fleurwoess.com/checklisten.html