

# WOCHENEND-MAGAZIN



Mit Ausdruck: Die Hände sind zum Gestikulieren da.

Kein Sex. Keine Politik. Keine Religion. Fassungslos blicke ich in die Augen der aktiven Toastmasters während unseres vorbereitenden Gesprächs für die Extratour. Doch Präsidentin Mona Schlesselmann, Inga-Marie Hoffmann und Peter Gronemeier meinen das todernst, was sie mir als Bedingung für den humorvollen Redewettbewerb nennen. „Da bleibt ja nichts mehr“, sage ich spontan ein wenig enttäuscht. Dann reibe ich mich wie der kleine Wikinger Wickie an der Nase und hab's: Rede ich doch einfach während dieser Extratour über meine Extratouren. Insofern hoffe ich auf einen Sonderpreis wie zum Beispiel „Master of Döntjes“. Doch es soll ja alles noch viel besser kommen.

Eine Rede halten, das ist bislang nicht unbedingt meine Stärke. Wozu hat man einen Chefre-

dakteur? Da hilft nur Vorbereitung. Wie viel Text passt in eine Rede, die fünf bis sieben Minuten dauern soll? Und was ist eigentlich witzig von dem, was ich bisher erlebt habe? Welche Sprache benutze ich? Locker vom Hocker oder eher intellektuell anspruchsvoll? Schuster bleib bei deinem Leisten – ich probiere es mit Authentizität.

Drei lustige Begebenheiten aus meinem Extratouren-Leben sind schnell gefunden: der Reifall bei den Wassersportlern von der Lühe, als ich mit der Jolle kentere und im Elbwasser lande, das exotische Alphornblasen und meine Premiere bei den Volkstänzern von der Altländer Trachtengruppe, die mich komplett schwindelig drehen. Auf's Ende bin ich richtig stolz: Als ich beim Alphornblasen auf meine wunden Lippen verweise, sagte mir der

## Meister der Döntjes überzeugt die Jury in Buxtehude

Toastmasters – das hört sich irgendwie nach Catering-Service an. Doch weit gefehlt. Die bunt gemischte Runde in Buxtehude will vielmehr das freie Reden üben, um galant einen „Toast“ vor versammelter Runde auszubringen. Dankenswerterweise geht das auch in Deutsch. Lars Strüning, stellvertretender Chefredakteur beim TAGEBLATT, nutzte während seiner monatlichen Extratour seine Chance und qualifizierte sich während des lokalen „humorvollen Redewettbewerbs“ für die Area-Konferenz in Hamburg. Wie es so weit kommen konnte, schildert er in seinem – nicht ganz ernstem – Bericht.



Mit Überblick: Die Toastmasters-Runde im Buxtehuder Kulturforum.

Vorsitzende: „Wenn Blut kommt, langsam ans Aufhören denken.“ Was für ein Rausschmeißer.

Fürs Timing muss ich zuhause üben. Die erste Textversion ist zu lang, ich muss ja langsam reden, betonen, Pausen einbauen, punktgenau gestikulieren. Meine Frau erwischt mich mit der Stoppuhr in der Hand und wundert sich: „Mit wem redest du?“

Der Abend der Wahrheit nähert sich. Im Kulturforum am Hafen versammeln sich 13 Igel, wie sich die Deutsch sprechenden Toastmasters in Buxtehude nennen. Die Spannung steigt, ich gebe mich cool. „Nervös“? „Nöö, überhaupt nicht.“ Auf dem Tisch im vom Neonlicht durchfluteten Raum baut Gert Lemke die Lichtzeichenanlage auf. Vier Minuten 30 Sekunden muss die Rede mindestens dauern, dann leuchtet das grüne Licht. Ab sechs Minuten

kommt die orangefarbene Lampe ins Spiel, und mit Beginn der siebten Minute leuchtet es rot. Wer 7:30 überschreitet, wird disqualifiziert. Hoffentlich stimmt mein Timing.

Bei den Toastmasters ist alles geregelt. Punkt 20 Uhr klopft Mona Schlesselmann mit dem Hammer aufs Rednerpult und sagt mit klarer Stimme: „Keiner hat heute Vorteile, auch nicht, wenn er vom TAGEBLATT kommt, wir sind alle normale Igel heute Abend.“ Das habe ich verstanden.

Die Reihenfolge der Redner wird ausgelost. Ich ziehe die Vier und bin als Letzter an der Reihe. Ein Vorteil, ein Nachteil? Die, die nicht reden, bekommen einen Wertungsbogen, bilden die Jury. Dora redet über Kindheitserinnerungen in der Schule, Peter hält eine lustige und geschickt aufgebaute Rede über „Opa – au pair“.



Mit Gelassenheit: Das Rednerpult gibt Sicherheit.

Fotos Jan-Iso Jürgens

Marc philosophiert über außerirdisches Leben und seine Katze. Als ich nach vorn muss, weicht jegliche Aufgeregtheit. Ich lege mein Manuskript auf das Pult und benötige es nicht mehr. Eine wirklich freie Rede!

Zu meiner Überraschung scheinen die Toastmasters an meinen Lippen zu hängen. Sie lachen, sie nicken mir aufmunternd zu. Richtig erlöst bin ich aber erst, als die grüne Lampe leuchtet. Zu diesem Zeitpunkt weiß ich: Ja, es funktioniert. Ich versuche weiterhin, meine ansonsten viel zu schnelle Aussprache zu regulieren, löse mich vom Pult, um besser gestikulieren zu können. Als Orange leuchtet, bin ich fertig. Sechs Minuten und sieben Sekunden, eine Punktlandung. Wie schnell die Zeit vergeht. Gerne hätte ich weitergemacht, es gibt so viele Extratour-Anekdoten. Der Applaus

entschädigt mich, Peter raunt mir zu: „Das war ja hervorragend, machst du das öfter?“ Ich verneine und denke, er ist halt ein sympathischer Gastgeber. Doch die große Überraschung folgt noch.

Die Jury zieht sich zur Auswertung der Bögen zurück und setzt mich auf den zweiten Platz hinter dem verdienten Sieger Peter. Das Ego ist aufgebaut. Nur die Einladung zur Area-Konferenz in Hamburg an einem Sonnabend ab 9 Uhr, die lehne ich dankend ab. Peter wird es schon richten.

### Die Toastmasters

Bekannt wurden die Toastmasters in Buxtehude während des Kommunalwahlkampfes im Spätsommer 2011, als sie dazu einluden, auf einer Rednerkiste vor dem Rathaus zu sprechen. Wörtlich forderten sie damals auf: „Ihnen gehören bis zu fünf Minuten. Sie können über alles reden. Schimpfen sie nicht auf den Bürgermeister.“ Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat treffen sich die Deutsch sprechenden Toastmasters um 20 Uhr im Buxtehuder Kulturforum. Die englischsprachige Gruppe ist am 2. und 4. Donnerstag an der Reihe. Im Angebot sind feste Module zum Reden lernen. Die Überwindung der Redeangst gehört ebenso dazu wie ein Aufbau der Rede oder die Beeinflussung der Zuhörer. Im weiterführenden Führungstraining stehen Zeitmanagement, Delegieren lernen oder Teamfähigkeit auf dem Programm. Wer mitmacht, erhält am Ende ein Zertifikat zur Vorlage beim Arbeitgeber oder für Bewerbungen. Kontakt über Mona Schlesselmann, ☎ 0 41 61/ 55 44 85.

www.buxtehuder-toastmasters.de

### Die Stegreifrede

Zum Wettbewerbsabend zählt auch eine ein- bis zweiminütige Rede aus dem Stegreif. Nachdem das Thema bekannt gegeben wurde, hat der Redner 30 Sekunden Zeit, seine Gedanken zu sortieren. Mona Schlesselmann macht es den überraschten Teilnehmern nicht leicht. Sie drückt ihnen zwei Würfel in die Hand, die Zeit läuft. Lars Strüning sammelt irgendetwas von „Die Würfel sind gefallen“, Jens sagt nur: „Das sind ja zwei Würfel“ und rettete sich mit einem Lachanfall über die Zeit, Jörn erinnert sich an alte Knobelzeiten und Inga-Marie bringt im besten Latein Cäsar ins Spiel. Sie gewinnt diesen Wettbewerb und fährt mit nach Hamburg.



Präsidentin mit Hammer und Banner: Mona Schlesselmann.



Sieger mit seiner humorvollen Rede: Peter Gronemeier.



Zeitnehmer und Ampelschalter: Gert Lemke.



Inga-Marie Hoffmann lässt aus dem Hut Lose ziehen.