



STEH- UND GEH-MEETINGS

Bewegung. Klarheit. Weniger Sitzzeit.

Steh- und Geh-Meetings können helfen, starre Sitzphasen zu unterbrechen und Gespräche klarer zu halten.

GEEIGNET FÜR:

- kurze Abstimmungen
- Statusupdates
- schnelle Entscheidungen
- kurze 1:1-Gespräche

WENIGER GEEIGNET FÜR:

- lange Präsentationen
- komplexe Dokumentenarbeit
- sensible Konfliktgespräche



EINFACH STARTEN:

“Lass uns das kurz im Gehen besprechen.”

oder:

“Wir machen dieses Update heute im Stehen – maximal 15 Minuten.”



BEWEGUNG VERÄNDERT GESPRÄCHSDYNAMIK.

Oft wird es kürzer, klarer und weniger schwer.



in Bewegung



besserer Austausch



klare Ergebnisse



weniger Belastung



MEETING IM GEHEN?

- besserer Fokus
- klare Struktur
- weniger Zeitverlust
- mehr Bewegung