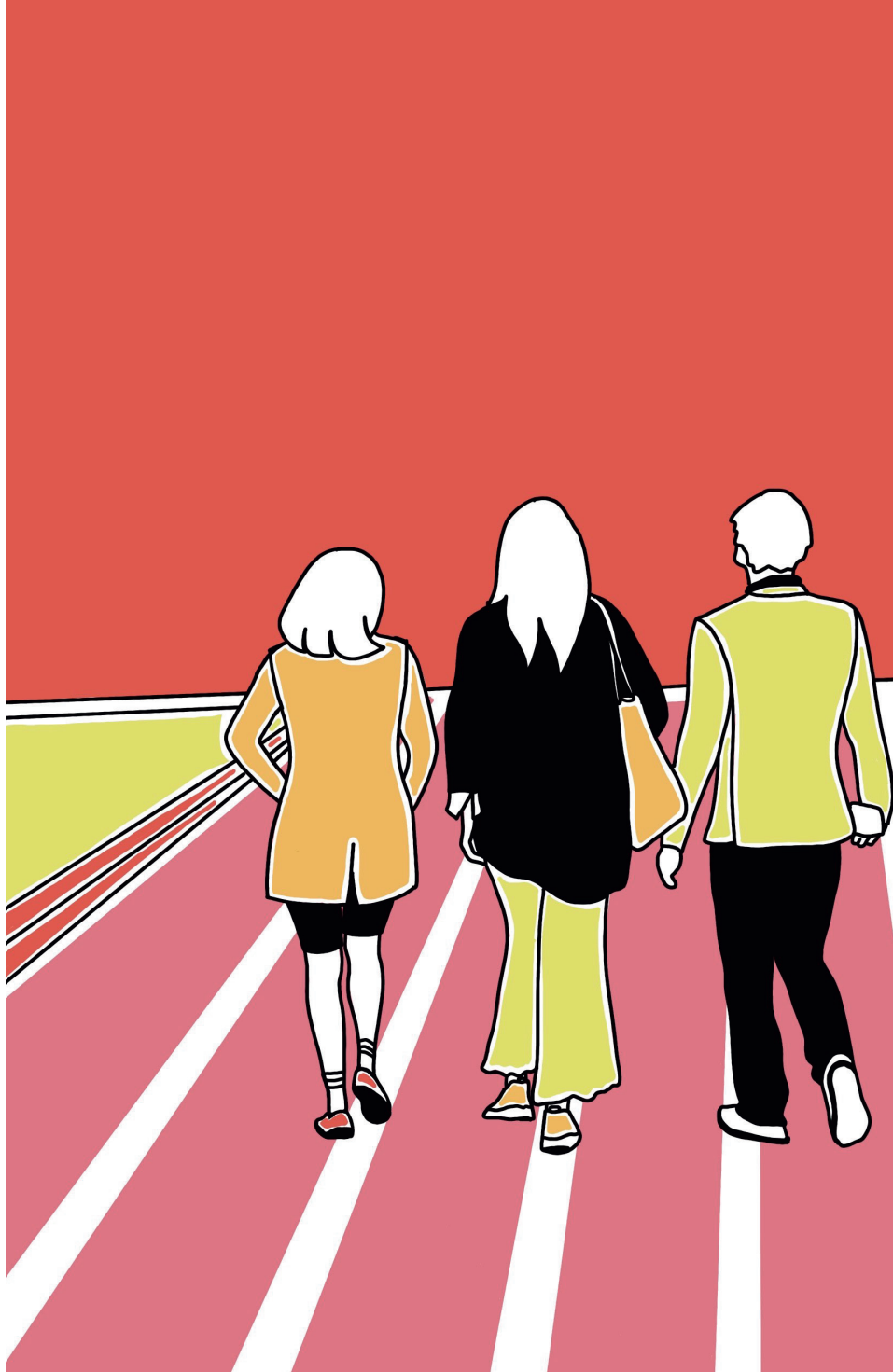


# Walk & Talk



# Walk & Talk

## Bewegung und Networking verbinden

*Du hast gerade keine Location zur Verfügung? Kein Problem! Networking geht eigentlich überall! Wir erklären dir das Konzept von Walk & Talk. Vielleicht es die perfekte Methode für dein nächstes Treffen, oder es inspiriert dich, dir eine eigene Methode auszudenken!*

### WAS IST WALK & TALK?

Walk & Talk ist eine dynamische Networking-Methode, bei der sich Teilnehmer\*innen während eines Spaziergangs in Zweier- oder Kleingruppen über verschiedene Themen austauschen. Durch die Kombination von Bewegung und Gespräch entstehen offene, kreative und tiefgehende Diskussionen in einer entspannten Atmosphäre.

### WER NUTZT WALK & TALK?

- Netzwerktreffen & Unternehmerinnen-Events, um Verbindungen zu vertiefen.
- Start-ups & Innovations-Teams, um Ideen in einem kreativen Umfeld zu entwickeln.
- Coaching & Mentoring-Sessions, um persönliche Reflexion zu fördern.
- Agile Teams, die Meetings interaktiv und produktiv gestalten möchten.

### WANN MACHT WALK & TALK BESONDERS SINN?

- Wenn Teilnehmer\*innen sich in einer lockeren Atmosphäre austauschen sollen.
- Wenn tiefergehende Gespräche in kleinen Gruppen gefördert werden sollen.
- Wenn Networking nicht nur im Sitzen, sondern in Bewegung stattfinden soll.
- Wenn die Veranstaltung in der Natur oder an einem inspirierenden Ort stattfinden soll.
- Wenn die Location ein Problem darstellt.
- Wenn man nebenbei etwas für die Gesundheit tun möchte.
- Wenn die Gruppe nicht zu groß ist.
- Wenn in der Gruppe niemand körperlich eingeschränkt ist.
- Wenn man ein kleines Budget zur Verfügung hat.

## WIE FUNKTIONIERT WALK & TALK?

### 1 Vorbereitung & Organisation

Treffpunkt festlegen (z. B. Park, Innenstadt, Firmengelände oder ein inspirierender Ort).  
Themen oder Fragen vorbereiten, die als Gesprächsleitfaden dienen können.  
Dauer & Route definieren (z. B. 30-60 Minuten, eine festgelegte Strecke oder Rundgang).  
Zweiergruppen oder Kleingruppen (3-4 Personen) einteilen oder spontan bilden lassen.

### 2 Ablauf des Walk & Talk

Begrüßung & Einführung durch eine Moderatorin.  
Start in den Gruppen, die ein vorgegebenes Thema diskutieren oder sich frei austauschen.  
Nach einer bestimmten Zeit Gruppenwechsel (optional), um mehr Personen kennenzulernen.  
Rückkehr zum Ausgangspunkt, um Eindrücke oder Erkenntnisse zu teilen (z. B. in einer kurzen Reflexionsrunde oder mit Sticky Notes auf einem Board).

### 3 Abschluss & Follow-up

Erkenntnisse teilen – z. B. durch eine kurze Abschlussrunde oder schriftliche Notizen.  
Kontakte austauschen – durch Visitenkarten oder LinkedIn-Connects.  
Weiterführende Diskussionen ermöglichen, z. B. über eine digitale Plattform oder Gruppenchat.

## WAS BRAUCHT MAN FÜR WALK & TALK?

### in Person



bequeme  
Schuhe



vorbereitete  
Themen



Impulsgeber\*in  
& Leitung

### virtuell



Smartphone &  
Konferenz-Tool

*Zoom, Gather oder Wonder.me sind Tools die eine Breakout-Room-Funktion bieten. Das benötigst du, damit sich die kleinen Gruppen ungestört unterhalten können.*



bequeme  
Schuhe



vorbereitete  
Themen



Impulsgeber\*in  
& Leitung

*Vergiss nicht Fotos von deinem Gründer\*innen Circle zu machen und auf Social Media zu teilen! Poste gerne auch direkt in der wir.gruenden-Gruppe auf LinkedIn und gib wir.gruenden in deinem Beitrag bei Instagram als Collab-Partner an. So werden direkt mehr Leute auf euch aufmerksam und das Netzwerken kann weitergehen!*

*Falls du uns Ergänzungen zum Dokument mitteilen möchtest, um die Anleitung für die nächsten Organisator\*innen zu verbessern, schreib uns gerne an [info@wir-gruenden.com](mailto:info@wir-gruenden.com)!*

*Viel Freude und gutes Netzwerken!  
Cornelia und Jessica*