

Birgit Hartmann-Pool
Erfahrene Lehrerin (Level 2)

MBSR-Lehrerin
Psychologische Beraterin
Tanztherapeutin

Achtsamkeitsausbildung
Odenwald-Institut bei Renate Kommert, Gabi Junklewitz,
Yeshe Brost



Fortbildungen
Tiefes Ruhen | Deep Rest Meditation
Stressbewältigung

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2020
bundesweit tätig

Erfahrung in:
Gesundheitsmanagement
Weitere Erfahrungen
Individuelle Workshops und Seminare für Firmen und Organisationen zum Thema Achtsamkeit, Stressbewältigung durch Achtsamkeit, Achtsame Kommunikation und Selbstmitgefühl

Adresse
Op'n Hainholt 113F
22589 Hamburg

📞 040 391 092 49
✉️ info@birgit-hartmann-pool.de
<http://www.birgit-hartmann-pool.de>

Sprachen
Deutsch

Veröffentlichungen
2026 NDR Visite
<https://www.ardmediathek.de/video/visite/die-kraft-der-stille-so-beeinflusst-ruhe-gehirn-und-immunsystem/ndr/Y3JpZDovL25kci5kZS8wNjYyYjFINy0yNjNjLTQ2NjgtYTYzM>
S1iZmFiM2ZiNDg5YTc