VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Sabrina Ried

MBSR-Lehrerin
Dozentin für Achtsamkeit und MBSR
Projektmanagerin in der Energiebranche

Achtsamkeit ist für mich „kindfulness“. Lebenshaltung, Ziel und Energiequelle zugleich. Mein Wunsch: Andere Menschen auf ihren Wegen zu einem bewussteren Umgang mit sich selbst und der Umwelt begleiten.

Seit mehreren Jahren übe ich mich täglich in Meditation & Yoga. Meine Meditation ist in der buddhistisch geprägten Vipassana-Praxis verwurzelt.

Achtsamkeitsausbildung
Odenwald-Institut (Mai 2018 - Februar 2020)

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2021
tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Weitere Erfahrungen
Achtsamkeitstrainings für Studierende seit 2018

Adresse
Lachnerstr. 7

76131 Karlsruhe

0176 66 60 38 82
sabrina@taoversity.de

http://taoversity.de/mbsr/