

## Hanna Voß

### Erfahrene Lehrerin (Level 2)

Trainerin für Achtsamkeit, Meditation und Stressbewältigung  
Coach für Time To Think & Neurosystemische Integration, Yin Yoga-Lehrerin  
Sozial- und Kulturanthropologin (B.A.) & Wirtschaftspsychologin (M.Sc.)

Ich biete MBSR-Kurse und achtsamkeitsbasiertes Coaching für Privatpersonen und Organisationen an.

Mein Fokus liegt dabei auf der Entwicklung von Einsicht und Selbsterkenntnis, für ein sinnerfülltes und kraftvolles Leben in Selbstfürsorge und mit gesunden Grenzen.

Aktuell biete ich MBSR-Kurse in Berlin und online an, sowie mehrtägige Retreats und Kompaktkurse im Berliner Umland.

### Achtsamkeitsausbildung

- Ausbildung in MBCT bei Petra Meibert, Johannes Michalak und Martina Aßmann (Achtsamkeitsinstitut Ruhr, 2024)
- Ausbildung zur MBSR-Lehrerin nach Jon Kabat-Zinn bei Beatrice Heller (Arbor Seminare, 2019-2020)
- Grundausbildung zur Achtsamkeitstrainerin bei Amrei Schwalm u.a. (Arbor Seminare, 2018)
- Mind-Body-Medizin am Immanuel Krankenhaus Berlin-Wannsee (2019-2020)
- Neurosystemische Integration – Traumasensibles Coaching, Ausbildung bei Verena König (2021/2022)
- Yin Yoga-Lehrerin, Ausbildung bei Andrea Huson (2022) und Markus Henning Giess (2023)
- Thinking Environment / Time To Think-Coach und -Facilitator, Ausbildung bei Marion Miketta (2021-2024)
- Vipassana Meditation seit 2010
- Yoga und Meditation seit 2005

### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2013  
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement  
Personalentwicklung mit Führungskräften



### Adresse

Schivelbeiner Straße 43  
10439 Berlin

✉ [mail@hannavoss.de](mailto:mail@hannavoss.de)

<http://hannavoss.de>

Team- und Organisationsentwicklung

**Veröffentlichungen**

55+1 Mindful Practices (Co-Autorin)

<https://www.amazon.de/55-Mindful-Practices-transformierende-Trainingserlebnisse/dp/3750423881>