Martina Kurz

MBSR-Lehrerin
Entspannungspädagogin
ganzheitliche Gesundheitsberaterin (IHK)

Ich möchte mein Wissen über das große Geschenk der Achtsamkeitspraxis an Menschen weitergeben und diese auf ihrem Weg begleiten.
Das Leben mit all seinen "Katastrophen" so anzunehmen, wie es ist.
In unserer Bewusstheit liegt unsere Freiheit und unser Wohlbefinden.

Achtsamkeitsausbildung

MBSR-Lehrer*innen-Ausbildung
vom 05.03.2018 bis 26.06.2020

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2013
regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Weitere Erfahrungen

Autogenes Training
Progressive Muskelentspannung
Stressmanagement
Entspannung für Kinder
Nordic-Walking

Adresse

Rudolf-Braas-Str. 22

63150 Heusenstamm

0174/2626633
Info@kurze-auszeit.net

http://www.kurze-auszeit.net