

Angela Kraus

Erfahrene Lehrerin (Level 2)

MBSR Lehrerin
Coach für achtsame Sexualität
Klangtherapeutin und Yogalehrerin

Seit 2014 beschäftige ich mich intensiv mit Achtsamkeit, Meditation und Yoga. Insgesamt habe ich ca. 17 Jahre im Telekom Konzern gearbeitet und konnte dort auch erste Erfahrungen sammeln in der Organisation und Mitgestaltung eines Achtsamkeitsprogrammes. Seit 2019 gebe ich zusammen mit meinen Mann Coachings, Workshops und Seminare zum Thema achtsame Sexualität. Mit einer Ausbildung zur Klangtherapeutin in 2022 und Yogalehrerin in 2023 runde ich meine Angebote mit Klang und Yoga ab.

Achtsamkeitsausbildung

Achtsamkeitsinstitut Ruhr

Weitere Erfahrungen

Achtsamkeitskurs für AKiJu mit pädagogischem Fachpersonal im Rahmen der Initiative Auf!Leben nach Corona.

Arbeit mit Paaren in Coachings, Workshops und Seminaren im Bereich achtsame Sexualität.
Klangarbeit im Rahmen von Klangmassagen und Klangmeditationen/-reisen



Adresse

Blumenweg 7

51503 Rösrath

☎ 0171/8313769

✉ kontakt@zeitfuerachtsamkeit.com

<http://www.zeitfuerachtsamkeit.com>