

Tina Mai

MBSR-Lehrerin
systemischer Coach
Fachkraft für Gesundheitsmanagement

Achtsamkeit lehren heißt für mich Lebensfreude schaffen. - Dass beides eng zusammenhängt, erlebe ich in meinen Kursen und Coachings ebenso wie in meiner eigenen Übungspraxis. Deshalb meditiere ich nicht nur selbst regelmäßig (Zen, Metta und Achtsamkeitsmeditation): Mein Herz schlägt dafür, Menschen auf diesen Weg einzuladen und zu begleiten.

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit, Bedburg

Fortbildungen

Business Coach (BDVT)
Systemischer Coach (Michl Group)
Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM)
Business Trainerin (BDVT)
Everything DiSG Trainerin

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2020
regional tätig

Erfahrung in
Gesundheitsmanagement
Team- und Organisationsentwicklung

Weitere Erfahrungen

Mehr als 20 Jahre Erfahrung in
Unternehmenskommunikation und in kreativen
Berufsfeldern



Adresse

Holzham 2a
83624 Otterfing

☎ 080244774880
✉ info@martina-mai.de

<http://www.tina-mai.de>