

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.



Institut für Achtsamkeit, Bedburg

Fortbildungen

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

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☑ mail@tina-mai.de

http://www.tina-mai.de