

Sina Hübner

M.A.

Achtsamkeitstrainerin

Ausdrucks- und Tanzpädagogin

Achtsamkeit und Selbstfürsorge sind für mich unabdingbar zur Stressprävention und ein erfüllender Weg zu mehr Wohlbefinden.

Als Lehrerin für Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) und Mindful Compassionate Parenting (MCP) sowie Ausdrucks- und Tanzpädagogin biete ich Kurse und Kompaktformate für Privatpersonen, in Unternehmen und Institutionen an. Diese umfassen - nach Absprache und Angebot - Achtsamkeitstraining, Meditation, Körperübungen/ Yoga und/ oder frei-kreatives Tanzen.

Achtsamkeitsausbildung

Arbor Seminare gGmbH



Adresse

Augustenstr.118

80798 München

☎ 015255923851

✉ kontakt@sinahuebner-achtsamkeitstraining.de

<http://www.sinahuebner-achtsamkeitstraining.de>