VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

## David Gerlinger

Psychologe & Achtsamkeitscoach

Ich bin Psychologe und Achtsamkeitscoach. In meinen Coachings und Kursen lernen Sie, wie Sie durch Achtsamkeit ihre mentale Gesundheit verbessern können. Ich bin davon überzeugt, dass Achtsamkeitstraining uns hilft, einen besseren Umgang mit Stress und den Herausforderungen des Lebens zu finden. Das ist die Basis für mehr Zufriedenheit, Wohlbefinden und Resilienz.

Adresse

Theodor-Kitt-Str. 39b

80999 München

0178-3487361
info@david-gerlinger.de

http://david-gerlinger.de/