

Christina Maubach

MBSR-Achtsamkeitslehrerin
MBCT-Lehrerin
Dipl.-Kunsttherapeutin

- zertifizierte MBSR- und MBCT-Lehrerin
- mehrjährige Erfahrung als Achtsamkeitstherapeutin im Bereich der Psychosomatik
- 1 1/2 jähriger Aufenthalt und Schulung der Meditationspraxis in einem Zen-Kloster; Mitbetreuung von Meditationsseminaren und Retreats
- Teilnahme an der MBCT-Fortbildung (MBCT: achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie)
- eigene Meditationspraxis seit 2005 (vorwiegend Zen-Meditation)

Jahrgang 1986, verheiratet, 2 Kinder.

Achtsamkeitsausbildung

Achtsamkeitsinstitut Ruhr bei Prof. Dr. J. Michalak und Dipl. Psychologin P. Meibert

- MBSR-Zertifizierung 2019
- MBCT-Zertifizierung 2025

Weitere Erfahrungen

Mein Kursangebot ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert, d.h. meine Kurse werden in der Regel von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.



Adresse

Mittelbinge 16

34130 Kassel

☎ 01590 100 9514
✉ christina.maubach.kassel@gmail.com

<http://www.achtsamkeit-kassel.de>