

Hella Göbel

Achtsamkeitstrainerin

Kursleiterin Shinrin Yoku & Deep Rest

Touristikerin

Die Wogen des Lebens haben mir zur Achtsamkeit gebracht. Im Laufe einer mehrfachen Brustkrebskrankung habe ich Akzeptanz, innere Ruhe und Gelassenheit im MBSR gefunden und das Selbstmitgefühl kultivieren können. Gerne inspiriere ich Menschen, wieder zu mehr Gelassenheit im Alltag zu finden und mit sich selbst in Kontakt zu treten. Die Verbundenheit zur Natur und damit uns selbst, ist mir ganz besonders wichtig. Auf Wunsch, kann ich die Achtsamkeitsseminare auch gerne in Englisch anleiten.



Sprachen

Englisch, Deutsch

Adresse

Am alten Sportplatz 4

61273 Wehrheim

📞 0151-57 13 79 63

📞 0151-57 13 79 63

✉️ Hella@kunstderachtsamkeit.de

<https://kunstderachtsamkeit.de>