

Anke Makai

Senior Teacher (Level 3)

MBSR- & MSC-Lehrerin

Yogalehrerin BDY/EYU

Orgodynamik®-Trainerin

Sonderpädagogin; seit 2005 tätig als Yogalehrerin, seit 2014 zusätzlich als MBSR-Lehrerin, seit 2022 auch MSC-Lehrerin (Selbstmitgefühl nach Germer/Neff).

Lehrtätigkeit in eigener Praxis (Köln), sowie für Bildungseinrichtungen, Gesundheitszentren.

Weitere Ausbildungen: Körperpsychotherapie (Orgodynamik®), Weiterbildung in Mindfulness-Based-Pain-Management (achtsamkeitsbasiertem Umgang mit Schmerz), eigene Meditationspraxis seit 2005, sowie Studien der Buddha-Lehre (vorw. Pali-Buddhismus).

Adresse

Schwerinstr. 13

50733 Köln

022195791243

0176-82199883

makai-yoga(AT)web(PUNKT)de

<http://www.makai-yoga-koeln.de>

Psychotherapie und Kliniken

Weitere Erfahrungen

Zusatzqualifikationen:

Achtsamer und mitfühlender Umgang mit Schmerz

(MBPM- Breathworks Methode)

MSC-Trained Teacher (Achtsames Selbstmitgefühl)

Sprachen

Englisch, Französisch, Deutsch