VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

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).

Achtsamkeitsausbildung

EZfA Freiburg

Psychotherapie und Kliniken

Weitere Erfahrungen

Zusatzqualifikationen:
Achtsamer und mitfühlender Umgang mit Schmerz (MBPM- Breathworks Methode)
MSC-Trained Teacher (Achtsames Selbstmitgefühl)

Sprachen

Englisch, Französisch, Deutsch

Adresse

Schwerinstr. 13

50733 Köln

022195791243
0176-82199883
makai-yoga(AT)web(PUNKT)de

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