Kerstin Strobel

MBSR-Lehrerin
Journalistin
Ayur-Yogalehrerin i.A.

Meditieren- das ist doch nichts für mich! So dachte ich viele Jahre lang. Dann nahm der Stress im Büro zu, es gab Geldsorgen. Aber das konnte ich doch wuppen, oder? Mir ging die Energie aus, ich hatte Herzstolperer und Bauchschmerzen. Die Tabletten vom Arzt habe ich nicht vertragen – so begann meine spirituelle Reise. Für mich gehört Mediation mittlerweile zum Alltag und es wäre mir eine große Freude, wenn ich andere dazu inspirieren könnte, den Weg der Achtsamkeit mit mir zu gehen.

Achtsamkeitsausbildung

ZAS, Susanne Breuninger-Ballreich, Hannes Huber, Doris Zölls, Dr. Harald Banzhaf, Ursula Flückiger

Sprachen

Englisch, Deutsch

Adresse

Schwaikheimer Straße, 13
71686 Remseck

0179 - 51 32 722
Kontakt@mbsr-remseck-ludwigsburg.de

https://www.mbsr-remseck-ludwigsburg.de