

Tobias Kindle

Heilpraktiker für Psychotherapie
Yogalehrer

Das MBSR-Format bietet die Möglichkeit Elemente wie Meditation, Yoga, Begleitung eines Einzelnen bei seinem individuellen Selbsterfahrungsprozess und Gruppenleitung, wirkungsvoll zu verbinden. Besonders liegt mir der Ansatz am Herzen, die Meditations- und Achtsamkeitspraxis nicht zum Selbstzweck werden zu lassen, sondern die Früchte der formalen Praxis in den Lebensalltag zu integrieren, für ein achtsames und selbstbestimmtes Leben in Freiheit.

Achtsamkeitsausbildung

Zentrum für Achtsamkeit in Stuttgart

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2016

regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Psychotherapie und Kliniken

Heilpraktiker/in Psychotherapie



Adresse

Mülbergerstr. 31
73728 Esslingen

☎ 0711 34238337

☎ 0160 93376419

✉ info@inmitten-von-mir.de

<http://www.inmitten-von-mir.de>