VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Tobias Schnabel

Arzt

Als Arzt für Arbeitsmedizin befasse ich mich seit vielen Jahren mit Prävention, Gesundheitsförderung und Stressbewältigung. Für mich persönlich sind Meditation, Achtsamkeit und das MBSR-Programm kostbare Bereicherungen auf meinem eigenen Weg, auch in turbulenten und schwierigen Situationen. Es macht mir Freude, diese Erfahrungen zu teilen und Menschen auf ihrem Weg der Selbsterforschung und Selbstfürsorge zu begleiten. Auf dem Weg zu Ruhe und Gelassenheit, zu Vitalität und Lebensfreude.

Adresse

Therapie und Coaching am Volkspark, Bun
10715 Berlin

0172 3254032
info@achtsamkeit-mbsr-berlin.de

http://achtsamkeit-mbsr-berlin.de