

# Living Mindfulness

## ***Ausbildung zum/zur AchtsamkeitstrainerIn in 4 Modulen***

Kostenlose und unverbindliche Informationsveranstaltung

Freitag, 17. Juli 2020 in Köln, 18:00 – 20:00 Uhr

Verfügen Sie bereits über eigene Erfahrungen mit dem Thema Achtsamkeit und meditieren regelmäßig? Und würden Sie gerne aus Leidenschaft und Überzeugung Achtsamkeit in Ihr Umfeld – ob Unternehmen, Organisation, Yogastudio, Schule, Universität, Sportverein oder Ähnliches – bringen oder sich als AchtsamkeitslehrerIn selbstständig machen?

Dann ist unser zertifiziertes Achtsamkeitstraining für die von uns entwickelte und wissenschaftlich untersuchte *Living-Mindfulness*-Ausbildung vielleicht genau das Richtige für Sie!

Nach Abschluss des Achtsamkeitstrainings werden Sie umfassendes theoretisches Wissen erworben, praktische Erfahrungen gesammelt und Ihre eigene Achtsamkeitspraxis weiterentwickelt haben. Sie können dann Menschen in *Living Mindfulness* unterrichten und ihnen damit Wege zu mehr Gelassenheit und einem erfüllteren Leben aufzeigen.

**Wir bitten um vorherige Anmeldung.**

<b>Referentinnen</b>	Kirsten Tofahrn und Sabine Keßel
<b>Ort</b>	Zentrum für Achtsamkeit Köln Antwerpener Straße 40 50672 Köln
<b>Informationen</b>	Kirsten Tofahrn mail@kito-koeln.de Tel.: 0170 109 49 84  Sabine Keßel info@sabinekessel.de Tel.: 0170 – 444 94 83