

Mein YOGA Profil

Karin Patzel-Kohler
Jahrgang 1965



Yogalehrerin
Lehrcoach und Lehrtrainerin (DVNLP)
Systemischer Business Coach (DVNLP + dvct)
Zertifizierte Beraterin für Organisationsentwicklung und Change Management

Erfahrung und Fortbildungen im Bereich Gesundheit und Yoga

seit 1991 Yoga praktizierend

2003: NLP Practitioner Ausbildung
2005 Yogaausbildung bei Gertrud Hirschi
2006: Energie Meridian Seminar
2006: NLP Masterausbildung
2007: Fortbildung Autogenes Training
2007: Fortbildung Kinesiologie Kurs
2007: Business Trainerausbildung
2008: Abschluss der NLP Trainerausbildung
2009: Start der Selbstständigkeit Training, Coaching, Beratung
2009: Ernennung zur Lehrtrainerin NLP (LT 51815)
2009: Abschluss der Yogalehrerausbildung
2012: Ausbildung zur Lachyogaleiterin
2013: Weiterbildung Hormon Yoga
2014: Ernennung zum Lehrcoach (LC 00242)
2014: Tagung "Mentales Stärken" Heidelberg
2015: Chakren Yoga Fortbildung
2016: Burnout Prävention und Resilienz Förderung
2016: Auszeichnung zum Top Coach 2016 im Bereich Selbst- und Zeitmanagement
2017: Yin Yoga und Faszientraining
2018: Yin Yoga 2 und Meridiantchnik
2018: Fachtagung: Achtsamkeit am Arbeitsplatz
2020: Fortbildung: „Yoga lehren“
2022: Chi-Yoga Level 1 bei Luna Schmid

Mein Bestreben ist es den Teilnehmern meiner Yogakurse über Körperhaltungen (Asanas), den Atemtechniken (Pranayamas) und Meditationen eine achtsame innere Ausrichtung sowie einen bewussten Zugang zu den eigenen inneren Kräften und der inneren Haltung zu verhelfen. Das Ziel einer langfristigen Gesundheit und einer Resilienz gegenüber den Widrigkeiten des Alltags steht dabei im Vordergrund. Beim Yoga geht es mir nicht nur um körperliche Bewegung und kurzfristige Entspannung, sondern auch um eine persönliche Weiterentwicklung und die Förderung eines positiven Lebensgefühls.

Berufliche Laufbahn:

1982 - 1984 Ausbildung Beamtenlaufbahn Mittlerer Dienst FA Ludwigsburg
1985 - 1989 Steuerbeamtin, Finanzamt Ludwigsburg
1989 - 1992 Vertriebsfachbearbeiter ITT Multicomponents GmbH, Germany
1992 - 1996 Teamleiter Vertrieb Südwest Anixter GmbH, Germany
1996 - 1998 Client Executive Europe Visio GmbH, Germany
1998 - 2003 Partner Account Manager Cisco Systems, Germany
2003 - 2009 Key Account Manager Cisco Systems, Germany
2009: Gründung von Training-Coaching-Beratung-Embodiment
2011: Gründung der Yogaschule „Yoga lebe den Moment“
2019: Start Yogalehrer/Yogacoach Ausbildungen