

## 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 Meridianteknik

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.

In meinen Seminaren und meinem Yogaunterricht lasse ich auch sehr stark meine Erfahrungen als Lehrcoach einfließen.

## **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: Start der Yogakurse und Entspannungsseminare  
2018 Start der Yogalehrer/Yogacoachausbildung