



excellence in balance

Sabine Fohrmann - Mental- und Somatik Coach

Sabine Fohrmann

Wer Menschen beraten möchte, die verantwortungsvolle Positionen bekleiden, sollte deren Herausforderungen kennen. Dies gilt auch für den Bereich der mentalen und körperlichen Stärke, denn das Training muss zum Menschen und in seinen Alltag passen. Durch meine Erfahrung bringe ich alles mit, was Sie benötigen.

Zwölf Jahre Erfahrung als Executive Assistant und Coach der sogenannten „Highflyer“ im Silicon Valley prägen mein heutiges Berufsbild. Ich weiß, welchen Anforderungen Sie heute gewachsen sein müssen und nutze dieses Verständnis, um Sie als Mental- und Somatik Coach mit Empathie, Professionalität und Freude zu beraten und zu begleiten.

Wenn Sie als Manager, Kreativer, Sportler oder als Familienmitglied Unterstützung brauchen, biete ich Ihnen durch mein Coaching für Kopf und Körper individuelle Lösungen.

Ob drinnen oder draußen, in meinen Räumlichkeiten, bei Ihnen zu Hause oder auf Reisen, persönlich oder online via Skype – ich begleite Sie gerne auf Ihrem Weg!

Vita

In der Zusammenarbeit mit mir profitieren Sie von folgenden Kompetenzen und Erfahrungen:

- Seit 2003 selbständig als Mental- und Somatik Coach
- Fachfrau für Betriebliches Gesundheitsmanagement, IHK Wiesbaden
- Akupressure and Traditional Chinese Arts Therapist, Berkeley/USA
- Ashtanga Yoga Teacher Training, Palo Alto, San Francisco/USA
- Personal Coach Training, Palo Alto/USA
- Tai Qi, Qi Gong, Tuina (chinesische Massage) als Privatschülerin des Shaolin Kung Fu Meisters Aihui Li
- Gestalttherapeutische Fortbildungen, Frankfurt
- Gestalt- und systemisches Coaching, Frankfurt
- Kinderyoga-Ausbildung, Wiesbaden
- 12 Jahre Executive Assistant in den Bereichen Executive Search, Werbung und IT

Sabine Fohrmann

Excellence in balance
Theodor-Körner-Straße 18
55124 Mainz

Telefon: 06131 6965511
Mobil: 0171 2421222

hello@excellence-in-balance.com

