

## Übungsleiterinnen/leiter

### **Martina Gerstenmeyer Tel. 0906/2 17 54**

Praktikerin in Hawaiianischer Körperarbeit: Ausbildung am Omna-Institut, Zentrum für Hawaiianische Körperarbeit und Integrale Lebenspraxis, Kindermassage-Kursleiterin/ DGBM e.V.

**Weiterbildung:** Entspannung mit Kindern, SKA Massage, im Kindergarten, SKA. Tanz- und Bewegungspädagogin: Ausbildung bei terramedus, Akademie für Gesundheit GmbH – Schwerpunkt: meditativer Tanz.

**Weiterbildung:** Körperführerschein, Ein neues Konzept für Gesundheit und Prävention, SKA. Bauch- und Beckenbodentrainerin, SKA. Meditationslehrerin, RA-MARIA- Ausbildungen. **Weiterbildung:** Resilienz – das Geheimnis innerer Widerstandskraft, SKA. Gesprächspsychotherapie nach Rogers/Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg, Paracelsus Schule. Qi-Gong-Übungsleiterin, SKA.



### **Ingrid Hackenberg**

Entspannungstrainerin (SKA), Sachbearbeiterin. Wie kann ich selbst mein Leben gestalten, um gesund zu bleiben? Diese Frage war für mich sehr wichtig. So entschied ich mich, verschiedene Entspannungsmethoden professionell kennenzulernen.

Durch meine Fort- und Weiterbildungen lege ich sehr großen Wert darauf, den Teilnehmern „Nützliches“ für den Alltag mitzugeben.

Darunter zählt u. a. auch die Harmonisierungskunst „Jin Shin Jyutsu“, die sehr gut zur körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheit beiträgt.

### **Sibylle Hofmann**

Lehrerin für Qi Gong und Tai Chi (SKA), anerkannt vom „Deutschen Dachverband für Qi Gong und Taijiquan (DDQT)“ und vom „Taijiquan & Qi Gong Netzwerk Deutschland“. Übungsleiterin für Progressive Relaxation; ÜL für Gesundheits-, Wirbelsäulengymnastik und Breitensport (DSB C-Lizenz) mit der Zusatzqualifikation „Rückenschule“.

ÜL für Präventionssport (DSB P-Lizenz), Fach-ÜL für Rehabilitationssport. ÜL für Gesundheitsgymnastik und Qi Gong beim Kneipp-Verein.



### **Jutta Weeber**

Bürokauffrau, QMB TÜV für das Gesundheitswesen, Betrieblicher Präventions- und Gesundheitsmanager TÜV, ÜL Breitensport für Gesundheits- und Wirbelsäulengymnastik, DOSB C-Lizenz an der SKA Bad Wörishofen, derzeit in Ausbildung zur ÜL Qi Gong an der SKA Bad Wörishofen.

