



Gabriela

★★★★★

AUS ERFOLGREICHEN COACHINGS

About me

Ich begleite dich gerne auf deinem Weg, deine mentale Gesundheit nachhaltig zu stärken und mehr innere sowie äußere Präsenz zu entwickeln. In meinen achtsamkeitsbasierten Coachings biete ich dir auch Meditationen an, die dir einen Raum der Ruhe und Erneuerung schaffen. Zudem unterstütze ich dich als Auftrittcoach dabei, dein Selbstbewusstsein zu entfalten und dich authentisch zu zeigen. Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen!



**KENNENLERNGESPRÄCH
VEREINBAREN**

**STRESSMANAGEMENT
ACHTSAMKEITSCOCHING
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG
RESILIENZ
PSYCHISCHE GESUNDHEIT**

**DIPLOMIERTE SCHAUSPIELERIN &
SÄNGERIN**

**ZERTIFIZIERTE MBSR (MINDFULNESS-
BASED STRESS REDUCTION)**

LEHRERIN & DEEP REST TEACHER

SYSTEMISCHER COACH

NEXT LEVEL AKADEMIE

SUNSET

IDEEN-REICH

