

## Wir stellen uns vor: Kursleiterinnen und Referentinnen

### Diana Ibrahim:

Seit über 27 Jahren bin ich Trainerin mit Leib & Seele, seit dem 1. Dezember 2018 Personal Trainerin und seit Anfang 2022 bin ich Unternehmerin im Gesundheitsbereich.

Den Grundstein meines beruflichen Werdegangs legte ich mit der Ausbildung (6 Semester) zur staatlich anerkannten Gymnastiklehrerin in Hannover. Über all die Jahre eignete ich mir fachliches Wissen und Qualifikationen an.

Website: [www.dein-personaltraining-fuer-frauen.de](http://www.dein-personaltraining-fuer-frauen.de)



### Ludmila Urlass:

Mit 16 Jahren hatte ich meine erste Begegnung mit Yoga. Die Begeisterung für diese Lebensweisheit hat nie nachgelassen.

1995 lernte ich in Indien Shivananda-Yoga kennen, und seit 2000 praktiziere ich Iyengar®-Yoga.

2013 - 2016 wurde ich, in Iyengar Yoga Institut Berlin, zur zertifizierten Iyengar®-Yoga Lehrerin ausgebildet.

Durch einen fortlaufenden Lehrgang bei Herrn Dr. Günter Niessen, und regelmäßiger Teilnahme an Seminaren mit erfahrenen Lehrern, aktualisiere ich stets meine Kenntnisse über Yoga und dem menschlichen Körper.

Website: [www.lumisraum.de](http://www.lumisraum.de)



### Kathrin Duhm:

2017 machte ich eine Ausbildung zur Beraterin für Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung. Zunächst nur für mich ganz persönlich, weil ich spürte, da gibt's noch mehr als gesunde Ernährung und Bewegung, um sich völlig gesund und fit zu fühlen. Dem bin ich auf den Grund gegangen. Ich lernte, dass unser Verhalten, unsere Reaktionen und auch die Menschen um uns herum kein Zufall sind. Freunde fragten mich, was es da denn sonst noch gibt. Und ich lüftete das Geheimnis in einem meiner ersten Vorträge.

Website: [www.kathrin-duhm.de](http://www.kathrin-duhm.de)



### Christina Schneider:

Mein Name ist Christina, gerne Tina. Ich bin examinierte Krankenschwester, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Yogalehrerin.

Mein Wunsch ist es einen Ort zu erschaffen und zu kreieren, an dem du und ich und wir, zu uns und ins Spüren kommen, wir uns bewegen, gemeinsam atmen und durch die Haltungen fließen, uns verbinden & und wohlfühlen, wo Stille sein darf, an dem wir Spaß haben, lachen, aus der Reihe tanzen und verrückt sein dürfen.

Website: [www.lovemore-yoga.de](http://www.lovemore-yoga.de)



### Marika Stern:

- 60 Jahre, verheiratet, 4 Kinder, wohnhaft in Wolfenbüttel
- Ausbildung (4,5 Jahre) zur Yogalehrenden im (byz) Berliner Yoga-Zentrum YOGA und GESUNDHEIT e.V. Dr.med. M. Soder/ Dr.med.I. Dallmann
- Eigene Kurse seit 2008 in verschiedenen Institutionen in Braunschweig & Wolfenbüttel
- Eigene Yogaschule seit 2009 in Wolfenbüttel
- Kursleitung Yoga & Entspannung - individuell – Einzelstunden und Kleingruppen, Hatha Yoga, Viniyoga, YogaFlow, Yoga in der Schwangerschaft, Yoga für Kinder/Jugendliche, Therapeutisches Yoga, PME nach Jakobson, Entspannungstechniken, Kinderyoga, Yoga für Jugendliche im Wachstum
- Eigene Konzepte : "Yoga trotz Job", "MädchenZeit"

Website: [www.yoga-i.de](http://www.yoga-i.de)



### Kirstin Rathmann:

Als Architektin und Energieberaterin biete ich heute alltagstaugliche und funktionierende Lösungen zu Gesundheit und Wohlbefinden von Mensch und Umwelt.

BEMER physikalische Gefäßtherapie: Zertifizierte BEMER Partnerin und Referentin

[www.wohl-leben.com](http://www.wohl-leben.com)



Kerstin Hellmich:

geboren bin ich im chinesischen Tierkreiszeichen des Holz Hasen, bin verheiratet und Mutter einer wundervollen Tochter. Mein großer Kindheitstraum war es Gärtnerin zu werden.

Heute bin ich Shiatsu Praktikerin und Shiatsu Lehrerin, Qigong Trainerin und leidenschaftliche Kampfkünstlerin. Das ist dem Gärtnern sehr nahe, denn ich kann sähen, gestalten und formen und meine Schüler beim Wachsen begleiten.

Denn wer sucht ihn nicht, den Weg zu mehr Balance und Stärke?

<https://push.training/>



Corinna Werner:

Als Physiotherapeutin, Ernährungsberaterin und Trainerin in vielen Bereichen, habe ich dann auch noch Gesundheitspsychologie studiert. In Einzel- und Gruppencoaching unterstütze ich meine Kunden seit über 22 Jahren dabei, ihr volles Potenzial zu entfalten und in Ihre Energie zu kommen. Vor allem geht es darum, praktische und alltagstaugliche Dinge an die Hand zu bekommen, um sofort in die Umsetzung zu kommen.

Website: [www.corinnawerner.com](http://www.corinnawerner.com)



*Corinna Werner*  
**CLEVER***health*  
Performance & Wellenergy