



Innerbalance Coaching - zahlreiche Module

Ausbildung zum Innerbalance Trainer



Das Ausbildungspaket zum Innerbalance Trainer bündelt ausgewählte Module, die Ihnen praxisnahes Wissen und Methoden an die Hand geben, um Menschen auf ihrem Weg zu mehr innerer Ruhe, Achtsamkeit und Selbstfürsorge zu begleiten. Mit diesem Paket erlangen Sie Kompetenzen, die sich sowohl in Trainings als auch in Kursformaten einsetzen lassen.

Der Fokus liegt darauf, einfache und zugleich wirkungsvolle Impulse für innere Balance zu vermitteln: von der Kraft der Meditation über die Stärkung eines positiven Mindsets bis hin zu kleinen Achtsamkeitsmomenten im Alltag.



Themen beim Innerbalance Training

Typische Themen im Innerbalance Training umfassen die Grundlagen der Meditation, mit denen innere Ruhe, Gelassenheit und Konzentration gefördert werden. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Entwicklung eines positiven und wachstumsorientierten Mindsets, das hilft, hinderliche Gedankenmuster zu verändern und neue Perspektiven zu eröffnen. Zudem steht die Selbstfürsorge im Mittelpunkt: Dazu gehört das Einüben von gesunden Routinen im Alltag, die zu mehr Energie, Klarheit und innerer Balance beitragen. Ergänzend werden kurze Achtsamkeitsübungen vermittelt, die jederzeit eingesetzt werden können, um sofortige Entspannung und kleine Pausen der Erholung in den Alltag zu integrieren.

Das Konzept der Ausbildung

Unsere Ausbildung zum Innerbalance Trainer ist modular aufgebaut. Sie bestimmen damit den zeitlichen und finanziellen Rahmen Ihrer Ausbildung selbst, wenn Sie die Einzelbuchung der Module bevorzugen.

Wenn Sie alle erforderlichen Module absolviert haben erhalten Sie Ihr Zertifikat als **Innerbalance Trainer**. Die Einzelzertifikate erhalten Sie jeweils nach dem erfolgreichen Absolvieren des Einzelmoduls.

Ausbildungspaket

Die folgenden Module führen zum Abschluss zum Innerbalance Trainer:

- 1B – Meditationslehrer
- 8F – Mindset Trainer
- 8G – Self-Care-Trainer
- 8H – Mindful Moments-Trainer

Voraussetzungen

Um das Zertifikat Innerbalance Coach zu erhalten, ist es notwendig, alle genannten Ausbildungsmodule erfolgreich abgeschlossen zu haben.

Glück ist Balance.
Aristoteles



Abschlüsse

Gesamtzertifikat
Innerbalance Trainer



Einzelzertifikate

Meditationslehrer
Mindset Trainer
Self-Care-Trainer
Mindful Moments-Trainer



zu den Terminen