

Britta Panknin-Ammon

Yogalehrerin qualifiziert nach BDY / EYU

Leitung des Yoga-Zentrums Bad Bramstedt www.yoga-der-achtsamkeit.de



Studium / Ausbildung / Fortbildungen

- Studium und Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU, Himalaya Institut Hamburg
- Ausbildung Vini-Yoga und Achtsamkeitsyoga, Himalaya Institut Hamburg
- Ausbildung Achtsamkeitstraining und Meditation (Vipassana), R. Josep, Hakomi Therapeut
- Fortbildung Psychotherapeutisches Begleiten, Himalaya Institut Hamburg

Berufliche Erfahrungswerte

- Selbständige Tätigkeit mit Schwerpunkt Achtsamkeit und Yoga
- Seit 2003 Leitung und Ausführung aller Kurse im Yoga-Zentrum Bad Bramstedt
- Eigene Yoga und Achtsamkeits-Meditationspraxis seit 28 Jahren
Zen, Vipassana, buddhistische Meditationformen und achtsame Körperarbeit

Arbeitsfelder/Schwerpunkte

- **Achtsamkeitsyoga** - mein Unterricht stellt den einzelnen Menschen in den Mittelpunkt: seinen Fähigkeiten entsprechend und seine Möglichkeiten respektierend werden hier die vielfältigen Übungen ausgesucht und in sinnvollen Schritten achtsam vermittelt.
- **Achtsamkeitstraining und Meditation** - Vermittlung und Anwendung von Achtsamkeit im Arbeitsalltag
- **Achtsamkeit und innere Stärke (Resilienz)**
- **Individual- und Team Coaching / Yoga und Achtsamkeit** in Unternehmen und Organisationen
- **Einzelcoaching** für die Integration von Achtsamkeit im Alltag und Beruf
- **Begleitung und Gesundheitscoaching** von Menschen mit Einschränkungen

Thomas Ammon

Diplom Sozialwirt (Univ.)

Systemischer Coach und Führungskräfte Trainer www.ammon-ctc-international.de



Studium / Ausbildung / Fortbildungen

- Studium zum Dipl. Sozialwirt, FAU Erlangen/Nürnberg
- Ausbildung zum systemischen Coach, Akademie der Führungskräfte
- Fortbildung Gestalttherapie, Prof. Dr. Bernhard Prosch
- Fortbildung Business theater, Werner Müller FAU Erlangen/Nürnberg
- Fortbildung Transaktionsanalyse, Privat Dozent Dr. Ekkehard Jecht

Berufliche Erfahrungswerte

- Systemischer Coach und Führungskräfte Trainer
- HR Manager, Schwerpunkt Personalentwicklung, Mühlbauer AG
- Leiter Personal- und Organisationsentwicklung, Mühlbauer AG
- Angestellter Soziologisches Institut–Schwerpunkt Personalentwicklung
- Lehraufträge: Hamburger Fernhochschule HFH, FAU Erlangen/Nürnberg

Arbeitsfelder/Trainingsschwerpunkte

- **Top-Management** Beratung und Coaching
- **Begleitung** und Beratung von Unternehmen und Führungskräften in Strategie- Organisations- und Personalentwicklungsprozessen
- **Führungskräfte Trainer** mit den Schwerpunkten:
Entwicklung von Führungskulturen und Führungsleitlinien,
Mitarbeitergespräche für Führungskräfte, Mitarbeiter zur Führungskraft,
Emotional intelligent Führen, Führungskraft als Coach,
Souveräne Führungskommunikation, Führen von Führungskräften,
Persönlichkeit und Führung, Laufbahnbegleitung für Führungskräfte,
Situatives Führen, Resilienz im Führungsalltag,
Achtsamkeit und innere Stärke (Resilienz) im Führungsalltag