



## Nadine Ahrens

**Wer aufhört, besser zu werden, hat aufgehört, gut zu sein (Philip Rosenthal)**

- ✓ Charlottenburger Straße 4, 32825 Blomberg
- ✓ E-Mail: [nadineahrens@t-online.de](mailto:nadineahrens@t-online.de)
- ✓ Mobil: 0171 6481048

Ich möchte wieder das Selbstbewusstsein steigern, um sich selbst bewusst zu machen, wie gut man ist. Durch meine langjährige Berufserfahrung in den Bereichen Fitness, Ernährung, Psycho Physiognomik und dem Lerncoach, habe ich einen ganzheitlichen Ansatz, um die Stärken des jeweiligen Schülers, ob Kind oder Erwachsenen, zu erkennen, und dementsprechend mit den verschiedenen Methoden des Lerncoachings, das Lernverhalten auf ein neues Plateau zu heben.

### Meine Schwerpunkte

- Erkennen der Stärken und Schwächen
- Die Motivation und das Warum zum Lernen wieder finden
- Lernziele zu erarbeiten
- Ressourcen Landkarte zu erweitern und negative Glaubenssätze in positive zu verwandeln
- Den richtigen Lernort zu finden
- Die verschiedenen Gedächtnistechniken zu lernen und direkt anwenden zu können

### Meine Ausbildung

- Fachtrainerin für Fitness, Gesundheit und Prävention (IHK)
- Ernährungsberaterin
- Fachkraft für Gesundheitsmanagement im Betrieb (IHK)
- NLP Practitioner
- Stress und Burnout Coach
- Zertifizierter **mnemotion**® Lerncoach nach Markus Hofmann