

NICOLA ROHNER

„Ich freue mich, wenn es regnet, denn wenn ich mich nicht freue, regnet es auch.“
(Karl Valentin)



- Trainer
- Coach
- LSI Trainer / Coach
- Trainer für Seminarschauspiel
- Stressmanagementtrainer
- Organisationsentwickler
- Supervisor
- Change Manager
- Seminarschauspieler/in
- Konzepter

MEIN WARUM

Was mich morgens aufstehen lässt, ist der Wunsch, Menschen dabei zu unterstützen, Herz, Hirn und Körper wieder mehr zusammenzuführen. In unserer lauten und zunehmend komplexen Welt, die sich immer schneller verändert, wächst die Notwendigkeit, ein Leben in Balance zu leben.

Als studierte Innenarchitektin hatte ich schon immer große Freude an Gestaltung. Doch nach einem Jahr Architektur in Australien, fesselte mich die Faszination der New Economy. Mit großer Begeisterung stürzte ich mich viele Jahre als Marketing- und Sales-Spezialistin in die Medienbranche und in die Informationstechnologie — zuletzt in die Konzernwelt bei Microsoft. Bis mir etwas Wesentliches fehlte: Echte, ehrliche und tiefgründige Kommunikation, der direkte Kontakt von Mensch zu Mensch und — der Kontakt zu sich selber.

Meine Leidenschaft für ganzheitliche Gesundheit und die Zusammenhänge zwischen Körper, Geist und Seele prägten von nun an meinen Weg und wurden zu meiner heutigen Profession und Berufung.

Mit großer Freude unterstütze ich Individuen und Organisationen dabei, ein gesundes Arbeitsumfeld zu schaffen und vor allem die dafür nötigen inneren Ressourcen zu wecken und zu entwickeln.

Neben meinen zahlreichen Coachings und Trainings schöpfe ich aus einem umfassenden Erfahrungsschatz aus den Bereichen Yoga, Atemtherapie, Gehirnforschung, Achtsamkeit und Meditation.

Menschen sagen mir das Talent nach, fernöstliche Lebensweisen zu entmystifizieren und die für uns zum Teil ungewöhnlichen Techniken so zu übersetzen, dass sie für jedermann/-frau verständlich und zugänglich werden. Undogmatisch und pragmatisch.

Mein größter Anspruch ist die alltagstaugliche PRAXIS und die Nachhaltigkeit.

Denn Dank einer eigenen Grenzerfahrung weiß ich: Wissen alleine nutzt leider so gut wie gar nichts.

NICOLA ROHNER

„Ich freue mich, wenn es regnet, denn wenn ich mich nicht freue, regnet es auch.“
(Karl Valentin)



STUDIUM / AUSBILDUNG

- Dipl. Ing. der Innenarchitektur
- Systemisches Management Training
- Sustainable Impact Entrepreneur
- Führungs- und Entwicklungs Coach
- NLP Mater
- Ärztlich geprüfte Yogalehrerin

ZUSATZQUALIFIKATIONEN

- Meditations- und Entspannungslehrerin (Yoga Nidra)
- Multi Media Kauffrau (IHK)
- Atemtherapie
- Achtsamkeitslehre

SCHWERPUNKTE

- Persönlichkeitsentwicklung
- Achtsamkeit, Stressbewältigung
- Kommunikation, Körpersprache
- Mindful Leadership
- Zeitkompetenz

BERUFSERFAHRUNG

- Inhaberin high balance® ganzheitliches Coaching & Training
- Gründungsmitglied MANEMO eG/Akademie für Nachhaltigkeit
- 2 Jahre Architekturbüro
- 8 Jahre Vertrieb und Projektmanagement in der IT Branche
- 2 Jahre Marketing und Business Development, MSN Microsoft
- 10 Jahre Yogalehrerin
- 8 Jahre Atemtherapie
- > 1.000 Trainingstage
- > 100 Coachings

PRIVAT

- Reisen
- Laufen in der Natur
- Yoga