

Susann
Rudolph

Resilienztrainerin
Mobbingprävention
30 Jahre Erfahrung
in Kita & Hort

Resilienz ist ZeitLos

FÜR INNERE STÄRKE • MUT UND BEWEGUNG

Heute
starke Kinder
für morgen. ♥

Kinder stärken
heißt Zukunft
gestalten. ♥

Bewegung
macht starke
Köpfe! ♥



INNERE STÄRKE

Ich bin gut,
so wie ich bin.



MUT

Ich traue mich,
neue Wege zu gehen.



BEWEGUNG

Ich komme in meine
Kraft und ins Handeln.



SOZIALE KOMPETENZ

Ich respektiere andere
und setze Grenzen.



MOBBINGPRÄVENTION

Gemeinsam für ein
wertschätzendes Miteinander.

1 KURSE IN KITAS ODER SCHULEN

Altersgerechte Trainings zur
Stärkung von Selbstvertrauen,
sozialen Kompetenzen und
Mobbingprävention – direkt
vor Ort.



Mit Freude lernen.
Mit Bewegung wachsen.

2 ELTERN – KIND – KURSE im Mahananda – Zentrum Falkensee

Gemeinsam wachsen, einander
verstehen und die Bindung stärken.
Praktische Übungen, alltagstaugliche
Impulse und wertvolle Zeit –
für mehr Achtsamkeit, Vertrauen
und ein starkes Miteinander.



Zeit miteinander.
Stark fürs Leben.

3 GEMEINSAM MIT TORSTEN BRUMM – KORUDO® im Mahananda – Zentrum Falkensee

Körper, Geist und Herz in Balance.
Ein einzigartiges Konzept aus
Resilienztraining, Achtsamkeit,
Bewegung und Selbstverteidigung –
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.



Stärke
von innen
heraus.
Für jedes
Alter. ♥



Susann-Rudolph-Coaching@gmx.de



0176 56131129



Resilienz-ist-ZeitLos.de



Jetzt
mehr erfahren!

Ich freue mich
auf euch! ♥

Susann Rudolph

BEWUSST • BEWEGT • RESPEKTVOLL • ZEITLOS