

DAMARIS DARGEL

Hallo ich bin Damaris und verstehe mich als
“Wandlerin der Wechseljahre”!

Ich habe es mir zur Mission gemacht, Frauen in den Wechseljahren zu begleiten. Ich weiß aus eigener Erfahrung, wie es sich anfühlt, nur zu „funktionieren“, während die eigenen Bedürfnisse auf der Strecke bleiben. Mein Ziel ist es, dir zu helfen, aus diesem Kreislauf auszubrechen und deine wahre Bestimmung zu leben.

Mein Ansatz ist ganzheitlich, denn dein Körper, Geist und deine Seele sind untrennbar verbunden.

Coaching

WERTORIENTIERTER SYSTEMISCHER COACH & BERATER

Sankt Galler Coaching Methode, 2021

GESUNDHEITS- UND RESILIENZ COACH

Sankt Galler Coaching Methode, 2021

NEURO RESONANZ PRACTITIONER

Denys Scharnweber Akademie, 2022

NEURO RESONANZ MASTER PRACTITIONER

Denys Scharnweber Akademie, 2023

EMDR IN THERAPIE & COACHING

Andreas Zimmermann, 2023

EMTRACE MASTER COACH

Dirk Eilert Akademie, 2023-2025

LIFE COACH

Stephan Landsiedel, 2024

Sprache

Deutsch
Muttersprache

Englisch
Fließend



+49 151 54746492
DAMARIS@GROW-TO-GLOW.COM

DAMARIS DARGEL

YOGA

GRUNDAUSBILDUNG YOGA TEACHER

Yandara Yoga 2013, Baja Mexiko (200 Std. YA)

VERTIEFUNG YOGA TEACHER

@Association for Yoga and Meditation,
2017, Rishikesh, Indien (300 Std. YA)

YIN YOGA WEITERBILDUNGEN

Tanja Seehofer, Biff Mithoeffer, (gesamt
200 Std. YA)

YOGA FÜR SCHWANGERE UND RÜCKBILDUNGSKURSE

Heike Gross

HORMON YOGA THERAPIE

Yoga Vidya

YOGA THERAPIE

Dr. Günter Niessen, Modul 1+2



ERNÄHRUNG

ERNÄHRUNGSBERATERIN

Akademie für Homöopathie, 2016, Gauting

FASTENKURSLEITERIN

Yoga Vidya, 2016