

Interdisziplinäres Team: Diplom-Kaufleute, Psychologen, Biologen, Ärzte,  
**Trainer/Beraterprofil: Claudia Stieglitz**

**Wohnort:** Münster

**Alter:** 51 Jahre

### **Qualifikation**

- Sozialpädagogin, Rückenschullehrerin, Heilpraktikerin
- seit 1998 eigene Praxis für Naturheilkunde  
 Schwerpunkte: ganzheitliche Diagnostik, Rücken-, Muskel- und Gelenkprobleme, Ernährungsberatung, Persönlichkeitstraining,
- Mehrjährige Erfahrung in Psychotherapie und im Gesundheitswesen
- Kursleiterin und Personaltrainerin für Präventions- und Rehabilitationssport
- Entwicklerin der patentierten Stieglitz-Methode, eine ganzheitliche Körpertherapie bei Rücken- und Gelenkproblemen



### **Erfahrungen**

- mehrjährige Tätigkeit als Trainerin/Beraterin sowie Sportübungsleiterin (Rehabilitation) bei verschiedenen öffentlichen und privaten Unternehmen
- Beratungstätigkeit in Leitungsteams zur Konfliktbewältigung und konstruktiven Gesprächsführung

### **Beratung/Coaching**

- Fitness- und Gesundheitscoaching mit den Schwerpunkten: Körperfehlhaltungen, Überwindung emotionaler Blockaden/Ängsten, Änderung von Glaubenssystemen, Einstellungen, Werten, Stärkung der Motivation und des Selbstvertrauens,

### **Training**

- **Team- und Konfliktmanagement und Führungskommunikation**
- **Mitarbeitermotivation, Selbst- und Erfolgsmanagement**
- **Fairness-Mobbing-Prävention, Konfliktmanagement**
- **Fitnessstraining/Gesundheitsgymnastik:** Yoga, Qi Gong, Rückenschule, Sport,
- **Mentales Persönlichkeits-Training:** Potentiale erkennen und fördern, Traumata bewältigen, Glaubenssätze/Einstellungen korrigieren und Selbstvertrauen steigern, Burnout-Prävention, Work-Life-Balance, gesunde Ernährung,

### **Veröffentlichungen**

- Zeitschrift Paracelsus sowie Naturarzt: „Die Stieglitz-Methode“

**Spezialisierung:** Mentales Persönlichkeitstraining – Fitnessstraining – Selbst- und Erfolgsmanagement – Körpertherapie bei Rücken- und Gelenkproblemen