



Kirsten Skov Nielsen

Træningsvejleder i AOF , hvor kursister kan henvende sig for at få hjælp og råd til at vælge det rette trænings og bevægelses kursus.

Jeg er uddannet sygeplejerske, ernæringsrådgiver og mindfulness instruktør og har i gennem mange år har undervist i hensynstagende trænings og bevægelseshold . Desuden har jeg gennemgået kurser i bl.a. sundhedcoaching, mindfulness, yoga, pilates, smertebehandling og mindful spising .