



# Vorstellung

## INTERNATIONAL WORKSHOP + ARTIST PROFILE

01

Name, Vorname:

First and last names:

Julia Heer

02

Was machst du beruflich?  
(maximal 120 Zeichen)

What do you do for a living?

Ich bin Coach, Trainerin und Yogalehrerin. Ich helfe Menschen, mit Stress umzugehen, Veränderungen zu navigieren und wieder mit sich selbst in Kontakt zu treten.

I am a coach, trainer, and yoga teacher. I help people cope with stress, navigate change, and reconnect with themselves.

03

Was machst du gerne in deiner Freizeit? (maximal 120 Zeichen)

What do you like to do in your free time?

Yoga, Bouldern, gutes Essen und draußen sein – am liebsten mit den Menschen, die ich liebe.

Yoga, bouldering, good food, and spending time outdoors – preferably with the people I love.

04

Worauf freust du dich bei diesem internationalen Workshop? (maximal 150 Zeichen)

What are you looking forward to at this international workshop?

Menschen von verschiedenen Orten treffen, Erfahrungen teilen – und gemeinsam entdecken, was uns hilft, geerdet zu bleiben, wenn das Leben stressig wird.

Meeting people from different places, sharing experiences, and discovering together what helps us stay grounded when life gets stressful.

05

Internationale Erfahrungen bedeuten für mich... (maximal 150 Zeichen)

International experiences mean to me...

... Die Welt durch die Augen eines anderen zu sehen, neugierig auf unsere Unterschiede zu werden und zu entdecken, wie viel wir gemeinsam haben.

... Seeing the world through someone else's eyes, becoming curious about our differences, and discovering how much we have in common.

06

Dein Motto: (max. 80 Zeichen)

Your motto:

Du kannst die Wellen nicht stoppen, aber du kannst surfen lernen.

You can't stop the waves, but you can learn to surf.