

MARTINA RINK

FEMALE LIFE & SOBRIETY COACH

- +49 172 174 1499
- Ibiza, Munich, Berlin
- www.martinarink.com
- coaching@martinarink.com
- www.linkedin.com/in/martinarink/
- martinarink_



FÜHLST DU DICH VERLOREN? HAST DU DEINE SCHLECHTEN GEWOHNHEITEN WIE TRINKEN, EINKAUFEN ODER RAUCHEN SATT? BIST DU AUF DER SUCHE NACH EINER VERÄNDERUNG IN DEINEM LEBEN? WILLST DU FÜR DICH EINE NEUE ART ZU LEBEN ENTDECKEN? BIST DU BEREIT, DEIN WAHRES SELBST ZU WERDEN?

WAS ICH MACHE

Mein Ziel als Life- und Unabhängigkeitscoach für Frauen ist es, Frauen dabei zu helfen, ihren wahren Lebenssinn zu finden. Ich unterstütze Frauen dabei, achtsamer zu werden, ihren Konsum von Alkohol, Zigaretten und anderen negativen Impulsen zu hinterfragen, mäßigen und sich von schädlichen Abhängigkeiten und schlechten Gewohnheiten zu befreien. Ein Lebensstil ohne Drogen und schlechte Angewohnheiten ist die neue Art zu leben, und ich begleite Dich bei Deiner Transformation. Ich werde bei jedem Schritt an deiner Seite sein. Ich werde Dir helfen, die beste neue Version von sich selbst zu entdecken. Wir werden aber auch die guten Muster aus deinem derzeitigen Leben übernehmen und sie in Ihre persönliche Entwicklung und Transformation integrieren.

WAS ERWARTET DICH

Du wirst herausfinden, was dir in deinem Leben wirklich fehlt.

Wir werden täglich an deiner persönlichen Transformation arbeiten.

Du wirst lernen, wie Du deine schlechten Gewohnheiten ablegen und Ihre Dopamin-Kick Gelüste abbauen kannst.

Du lernst erfüllendere Wege kennen, um dein Selbstbelohnungssystem aufzufüllen.

Du wirst neue Wege finden, um mit schwierigen Situationen im Leben umzugehen.

Du lernst tägliche Aufgaben, um dich selbst besser kennen zu lernen und dein wahres Ich zu finden.

ÜBER MICH

Ich bin eine erfahrene Kreative und Bestsellerautorin mit einer Leidenschaft für Mode und Lifestyle. Nach Abschluss meines Studiums fand ich meinen ersten Job als persönliche Assistentin der verstorbenen Isabella Blow, einer legendären englischen Muse, Stylistin und Zeitschriftenredakteurin.

Ich erlebte Jahre des Exzesses in der Modebranche und einen ständigen Alkohol- und Drogenkonsum. Nachdem ich die Selbstmorde mehrerer Persönlichkeiten in der Modewelt miterlebt hatte, beschloss ich, die Branche zu verlassen, solange ich noch konnte. Ich wechselte in die Werbebranche, die ebenso extrem war. Ich trank über fünfundzwanzig Jahre lang, nachdem ich schon im Internat damit begonnen hatte.

Ich litt unter Angstattacken und einer sozialen Phobie, die nach endlosen und schweren Katern so schlimm wurden, dass ich eines Tages beschloss, dass ich so nicht mehr leben konnte. Ich beschloss, dass es aufhören musste, sonst wäre ich wie die verlorenen Seelen, die ich in der Modebranche kennengelernt hatte, geendet.

Im Januar 2020 ging ich in eine der führenden Entzugskliniken in Deutschland (My Way Betty Ford). Seitdem lebe ich ein nüchternes Leben. Das nüchterne Leben ist eine holprige Angelegenheit, und in den fünf Jahren, die seitdem vergangen sind, habe ich mich langsam an meinen neuen Lebensstil gewöhnt. Ich arbeite immer noch als Autorin, habe aber beschlossen, mich darauf zu konzentrieren, Frauen zu helfen, ein glückliches, nüchternes Leben zu führen. Ich begleite Frauen bei ihrer persönlichen Veränderung und helfe ihnen, ihr wahres Ich und ihren Lebenssinn zu finden.

Ich habe verschiedene Programme entwickelt, wo ich Frauen persönlich & individuell begleite aus diesem Teufelskreis herauszufinden, und sich neu zu definieren, neue Wege zu finden Ihre Sehnsüchte & Bedürfnisse healthy zu (er)leben. Meine intensiven Erfahrungen in der Vergangenheit waren eine wichtige Triebfeder für meinen Ehrgeiz, Life & Sobriety coach zu arbeiten.





PREISE

LIFE COACHING

60 min 110 EUR
90 min 160 EUR

RECOVERY COACHING

Trial Paket

2 Wochen 448 EUR

Wochenpaket

1 Monat	1.500 EUR	1x pro Tag 30min
3 Monate	4.500 EUR	1x pro Tag 30min
6 Monate	8.000 EUR	1x pro Tag 30min

Anytime Paket

1 Monat	2.400 EUR	8h - 22h 30min
3 Monate	7.200 EUR	8h - 22h 30min
6 Monate	11.530 EUR	8h - 22h 30min

By your Side & Close to you

1, 3 oder 6 Monate
Preis auf Anfrage

Mehr Details auf www.martinarink.com



EXPERIENCE

COACHING & CONSULTING

Personal & Business Life Coach, München (2024)

- Coaching & Training Academy
Hypno-Coach, München (2024)
- Coaching & Training Academy
Neuro Linguistic Programming Practitioner, München (2023 -2024)
- Coaching & Training Academy
Sobriety consultant, München (2021)
- Paracelsus Academy
Transcendence Meditation, München (2020)
- Dr. Bauhofer

PUBLICATIONS

People of Deutschland (2023), SPIEGEL-Bestseller
Fashion Germany (2014)
Isabella Blow (2010)

CREATIVE & FASHION

Together, Influencer Agency, Ibiza (2017-2018)

TBWA Copywriting
Kreativ Kader Academy, Düsseldorf (2016)

PA Isabella Blow, London (2006)

EDUCATION

BA Hons. Fashion with Business, London (2004)
Central St. Martins & Metropolitan University