



ONLINE

MBSR ÜBUNGSABENDE

Praxis vertiefen - Erfahrungen erforschen

DIE ACHTSAMKEITSPRAXIS LEBENDIG HALTEN

Gemeinsam praktizieren, sich austauschen.

Diese Gelegenheit zu nutzen - gerade in herausfordernden Zeiten - kann uns den Wert der Achtsamkeit noch einmal anders erfahren lassen. Und online auch ohne persönlichen Kontakt die Verbundenheit spürbar werden lassen.

TERMINE

27. Jan (Mo) 01. Jun (Mi)
25. Mär (Mi) 17. Sep (Do)
04. Mai (Mo) weitere Termine folgen

PREIS

€ 25,- inkl. MWST pro Abend

TRAINERIN

Christine Schuhbeck
Persönlichkeitstrainerin
Zertifizierte MBSR-Lehrerin



19.00 -
21.00 Uhr

VERANSTALTUNGORT

Bei dir zu Hause. Wir treffen uns auf der Plattform ZOOM. Mit deiner Anmeldung bekommst du einen Link für den Meeting-Room.

DU MÖCHTEST DABEI SEIN?

Die Anmeldung bitte telefonisch oder per Mail.

Du erhältst dann eine E-Mail mit der du dich einwählen kannst. Jederzeit auch gerne anrufen, wenn Fragen dazu auftauchen.

Ich freue mich, dass wir so eine Möglichkeit haben, uns zu verbinden.

