Nächste Kurse von Katharina Schick

free Mindfulness Workshop - verstehen wie unser Gehirn tickt

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
>> Wie funktioniert unser Gehirn und warum ermöglicht uns Achtsamkeit mehr Freude und Freiheit in unserem Leben?

Um diese Themen geht es im "free Mindfulness Workshop" am 17.09.24 von 18.00 bis 19.30 Uhr.
Weitere Infos zum Workshop und die Möglichkeit zur kostenlosen Anmeldung finden Sie hier:
https://moanamind.com/workshop

Ich freue mich darauf Sie kennenzulernen!
Herzlichst,
Ihre Katharina Schick

Beginn: 17.09.2024 **Ende:** 17.09.2024
Uhrzeit: 18.00 Uhr

Adresse
Online via Zoom

8-Wochen MBSR-Kurs mit neurowissenschaftlichem Hintergrundwissen - live online über Zoom, ZPP-zertifiz

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Raus aus dem Alltagshamsterrad und rein in das volle Leben. Hier lernen Sie, wie Sie auch bei Herausforderungen gelassen bleiben, selbstbestimmt Ihr Leben gestalten und gut für sich sorgen.

Warum dieser Kurs?
>> vertiefende Theorie durch mein Hintergrundwissen als Neurowissenschaftlerin (M.Sc.) und Psychologin (B.Sc.)
>> Handouts zu jedem Modul mit nützlichen Tipps, Informationen und Inspiration

Mehr Infos und Möglichkeiten für ein kostenloses Informationsgespräch finden Sie auf meiner Website:
www.moanamind.com

Ich freue mich auf Sie :)

Herzlichst,
Katharina Schick

Beginn: 15.10.2024 **Ende:** 03.12.2024
Uhrzeit: 18.00 - 20.30 Uhr

Adresse
Online live über Zoom
Königsstraße 100
70173 Stuttgart

8-Wochen MBSR-Kurs mit neurowissenschaftlichem Hintergrundwissen - live online über Zoom, ZPP-zertifiz
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Raus aus dem Alltagshamsterrad und rein in das volle Leben. Hier lernen Sie, wie Sie auch bei Herausforderungen gelassen bleiben, selbstbestimmt Ihr Leben gestalten und gut für sich sorgen.

Warum dieser Kurs?
>> vertiefende Theorie durch mein Hintergrundwissen als Neurowissenschaftlerin (M.Sc.) und Psychologin (B.Sc.)
>> Handouts zu jedem Modul mit nützlichen Tipps, Informationen und Inspiration

Mehr Infos und Möglichkeiten für ein kostenloses Informationsgespräch finden Sie auf meiner Website: www.moanamind.com

Ich freue mich auf Sie :)

Herzlichst,
Katharina Schick

Beginn: 16.01.2025 **Ende:** 06.03.2025
Uhrzeit: 18.00 - 20.30 Uhr

Adresse
Online via Zoom