

Nächste Kurse von Katrin Luther

MBSR 8-Wochen-Kurs zur Stressbewältigung mit Achtsamkeit (traumasensibel)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen Der MBSR-Kurs wird traumasensibel angeleitet und durchgeführt.

Bei Interesse am Kurs findet ein telefonisches Vorgespräch statt.

Weitere Informationen zum Kurs und Teilnehmerstimmen unter www.zeitfuerachtsamkeit.de/achtsamkeit-mbsr/

Beginn: 01.11.2024 **Ende:** 17.01.2025

Uhrzeit: 09:00 - 11:30 Uhr

Adresse

Zeit für Achtsamkeit Puschkinstr. 10 19055 Schwerin

RETREAT "Annehmen, was ist - Die Kraft der Akzeptanz entfalten"

Kurse mit Übernachtung

Dieses Retreat ist für Meditations- und Achtsamkeitserfahrene geeignet. Es beinhaltet angeleitete Meditationen der Achtsamkeit und des Mitgefühls, Achtsamkeits- und Reflexionsübungen sowie achtsames Naturerleben.

Weitere Informationen unter www.zeitfuerachtsamkeit.de/meditationsretreats/

Beginn: 07.11.2024 **Ende:** 10.11.2024

Adresse

Künstlerhof Roofensee

Berliner Str. 9

16775 Stechlin/Menz

MBSR 8-Wochen-Kurs zur Stressbewältigung mit Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen Der MBSR-Kurs wird traumasensibel angeleitet und durchgeführt.

Bei Interesse am Kurs findet ein telefonisches Vorgespräch statt.

Weitere Informationen zum Kurs und Teilnehmerstimmen unter www.zeitfuerachtsamkeit.de/achtsamkeit-mbsr/

Uhrzeit: 18:00 Uhr

Adresse



Zeit für Achtsamkeit

Puschkinstr. 10 19055 Schwerin