

Nächste Kurse von Gabriele Bihl

MBSR 8-Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer MBSR 8-Wochen Kurs in einer Kleingruppe mit 8 Terminen à 2,5h freitags und einem Tag der Achtsamkeit an einem Samstag. Alle weiteren Details auf meiner Website oder gerne auch telefonisch.

Beginn: 18.10.2024 **Ende:** 13.12.2024

Uhrzeit: 16.30-19.00 Uhr

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern

MBSR 8-Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer MBSR 8-Wochen Kurs mit 8 Terminen samstags online und Tag der Achtsamkeit an einem Samstag. Alle weiteren Details auf meiner Website oder gerne auch telefonisch.

Beginn: 19.10.2024 **Ende:** 14.12.2024

Uhrzeit: 14.00-16.30 Uhr

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern

MBSR Urlaubswoche in Südfrankreich

Kurse mit Übernachtung

MBSR Kompaktangebot an der Ardèche in Südfrankreich. Die Inhalte entsprechen dem klassischen MBSR 8-Wochen Kurs verteilt auf 5 Tage. Übernachtung in einer Villa mit Pool mit Rahmenprogramm wie u. a. Kanutour, Yoga, Wanderung und Besuch eines Weinguts. HP Französische Küche.

Beginn: 12.04.2025 **Ende:** 19.04.2025

Adresse

Achtsam leben Südfrankreich

Rue du Temple 10

07150 Lagorce