Nächste Kurse von Marco Fraleoni

MBSR 8-Wochen-Kurs
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Am 16.11.2023 ist eine Pause

https://www.helden-im-jetzt.de

Beginn: 31.10.2024 **Ende:** 19.12.2024
Uhrzeit: 18:30 - 21:15 Uhr

Adresse
Hambach
Kaiserstuhl
67434 Neustadt an der Weinstraße

MBSR 8-Wochen-Kurs
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
https://www.helden-im-jetzt.de

Beginn: 31.10.2024 **Ende:** 19.12.2024
Uhrzeit: 9:00 - 11:45 Uhr

Adresse
Hambach
Kaiserstuhl
67434 Neustadt an der Weinstraße

MBSR 8-Wochen-Kurs
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
https://www.helden-im-jetzt.de

Beginn: 23.01.2025 **Ende:** 13.03.2025
Uhrzeit: 18:30 - 21:15 Uhr

Adresse
Hambach
Kaiserstuhl
67434 Neustadt an der Weinstraße

MBCL 8-Wochen-Kurs
Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Alle Kurstermine finden sich unter folgendem Link:

https://www.helden-im-jetzt.de/mbcl/kurstermine

Beginn: 25.03.2025 **Ende:** 10.06.2025
Uhrzeit: 18:30 - 21:15 Uhr

Adresse
Hambach
Kaiserstuhl
67434 Neustadt an der Weinstraße

Sehnsucht Entschleunigung - Achtsam Unterwegs auf dem Pfälzer Jakobsweg

Kurse mit Übernachtung
Gehen in der Natur entschleunigt Geist und Körper. Atmung und Schrittfrequenz passen sich aneinander an. Man kommt zur Ruhe und zu sich selbst. Bei dieser besonderen Pilgerreise werden verschiedene Achtsamkeitsübungen angeboten, um mit unterschiedlichen Sinneswahrnehmungen den Kontakt mit sich selbst und der Natur zu intensivieren. Wir lernen die heimische Tier- und Pflanzenwelt kennen und bereichern unseren Speiseplan mit Essbarem aus Wald und Wiese. An einem Abend kochen wir je nach Wetter auf dem Feuer und zwischendrin haben wir viel Zeit für den Austausch in der Gruppe.
weitere Infos unter:
https://www.helden-im-jetzt.de/natur/jakobsweg-pfalz

Beginn: 08.05.2025 **Ende:** 11.05.2025

Adresse
Startpunkt: Kloster Neustadt
Waldstraße 145
67434 Neustadt an der Weinstraße