

## Nächste Kurse von Daniel Beerstecher

### MBSR-/ Achtsamkeitskurs am Vormittag (Herbst)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Kurs findet an 8 Terminen mit jeweils 2:45 Stunden statt, dazu kommt der Achtsamkeitstag. Für den Kurs erhalten Sie ein umfangreiches Begleithandbuch. Unser schöner Raum ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen, sie finden aber auch ein Parkhaus in unmittelbarer Nähe.

Anmeldung unter: <https://www.diekunsterentschleunigung.de/termine-anmeldung-kosten>

Vor der Kursteilnahme findet ein persönliches Einführungs- und Informationsgespräch statt.

Der Kurs wird bei Bedarf auch hybrid (per Zoom) durchgeführt. Sollten Sie erkältet sein, könnten Sie dann trotzdem von zu Hause teilnehmen. Nach Absprache mit mir, ist es auch möglich den ganzen Kurs von zu Hause aus zu belegen, sollte eine Anfahrt auf Grund der Entfernung nach Stuttgart Bad-Cannstatt zu weit sein.

Telefonische Infos und Vorgespräche sind möglich unter der Telefonnummer 0151 58474798

**Beginn:** 08.10.2024    **Ende:** 26.11.2024

**Uhrzeit:** 9:15 Uhr

#### Adresse

DAYA YOGA CANNSTATT

Überkinger Str. 12  
70372 Stuttgart

### MBSR-/ Achtsamkeitskurs (Herbst)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Kurs findet an 8 Terminen mit jeweils 2:45 Stunden statt, dazu kommt der Achtsamkeitstag. Für den Kurs erhalten Sie ein umfangreiches Begleithandbuch. Unser schöner Raum ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen, sie finden aber auch ein Parkhaus in unmittelbarer Nähe.

Anmeldung unter: <https://www.diekunsterentschleunigung.de/termine-anmeldung-kosten>

Vor der Kursteilnahme findet ein persönliches Einführungs- und Informationsgespräch statt.

Der Kurs wird bei Bedarf auch hybrid (per Zoom) durchgeführt. Sollten Sie erkältet sein, könnten Sie dann trotzdem von zu Hause teilnehmen. Nach Absprache mit mir, ist es auch möglich den ganzen Kurs von zu Hause aus zu belegen, sollte eine Anfahrt auf Grund der Entfernung nach Stuttgart Bad-Cannstatt zu weit sein.

Telefonische Infos und Vorgespräche sind möglich unter der Telefonnummer 0151 58474798

**Beginn:** 08.10.2024    **Ende:** 26.11.2024

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

#### Adresse

DAYA YOGA CANNSTATT

Überkinger Str. 12  
70372 Stuttgart