

Nächste Kurse von Andrea Maria Kubiak

MBSR-8-Wochen-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

8-Wochen-MBSR-Kurs nach Jon Kabat-Zinn plus 1 Tag der Achtsamkeit, 8-12 TeilnehmerInnen, umfangreiches Skript und Audiodateien/CDs. Weitere Infos zum Kurs unter www.Andrea-Kubiak.de

Beginn: 01.10.2024 **Ende:** 03.12.2024

Uhrzeit: 18.30-21.00 Uhr

Adresse

FreiRaum

Schlößlestraße 6
70186 Stuttgart-Ost (Gablenberg)

MSC-8-Wochen-Kurs

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

MSC-8-Wochen-Kurs nach Kristin Neff/Chris Germer plus 1 Tag der Achtsamkeit/Mitgeföhls.

Begleitend zum Kurs gibt es ein umfangreiches Skript sowie Mitgeföhlsmeditationen als Audiodatei.

Weitere Infos zum Kurs unter www.Andrea-Kubiak.de

Beginn: 07.10.2024 **Ende:** 09.12.2024

Uhrzeit: 18.30-21.30 Uhr

Adresse

FreiRaum

Schlößlestraße 6
70186 Stuttgart-Ost (Gablenberg)