Nächste Kurse von Reinhard Allgaier

MBSR 8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
zertifizierter Kurs und von den Krankenkassen bezuschusst

Beginn: 27.08.2024 **Ende:** 22.10.2024
Uhrzeit: 19-21.30 Uhr

Adresse
Achtsamkeit Leben Köln - Belgisches Viertel/ Altstadt Nord
Gladbacher Straße 21
50672 Köln

MBSR 8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
zertifizierter Kurs und von den Krankenkassen bezuschusst

Beginn: 05.09.2024 **Ende:** 31.10.2024
Uhrzeit: 19-21.30 Uhr

Adresse
Achtsamkeit Leben Köln-Holweide/ Meditationsraum
Bergisch Gladbacher Straße 408
51067 Holweide

MBSR und Achtsamkeit Vertiefungskurs- Ruhe und Gelassenheit finden im Alltag

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Der Kurs findet 1x pro Monat statt und richtet sich an alle, die bereits einen MBSR 8-Wochenkurs abgeschlossen haben und ihre Achtsamekitserfahrung und Übungspraxis im Alltag wiederauffrischen und weiter vertiefen möchten.

Beginn: 18.09.2024
Uhrzeit: 19-21 Uhr Uhr

Adresse
Achtsamkeit Leben, Dipl.Päd. Reinhard Allgaier
Düsseldorfer Strasse 75
51063 Köln

MBSR 8-Wochenkurs Live Online

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Beginn: 25.09.2024 **Ende:** 13.11.2024
Uhrzeit: 19:00-21.15 Uhr

Adresse
Achtsamkeit Leben, Dipl.Päd. Reinhard Allgaier
Düsseldorfer Strasse 75
51063 Köln

MSC 8-Wochenkurs/ Achtsames Selbstmitgefühl nach Kristin Neff unf Chris Germer
Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Beginn: 05.11.2024 **Ende:** 14.01.2025
Uhrzeit: 19:00-21:30 Uhr

Adresse
Achtsamkeit Leben Köln - Belgisches Viertel/ Altstadt Nord
Gladbacher Straße 21
50672 Köln

MBSR 8-Wochenkurs
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
zertifizierter Kurs und von den Krankenkassen bezuschusst

Beginn: 07.11.2024 **Ende:** 09.01.2025
Uhrzeit: 19-21.30 Uhr

Adresse
Achtsamkeit Leben Köln-Holweide/ Meditationsraum
Bergisch Gladbacher Straße 408
51067 Holweide