

Vertiefungskurs 6 Wochen: 29. März bis 10. Mai 2023, mittwochs, 18:30-21:00



Foto: Alan Schink

Der Kurs ist für alle, die ihre MBSR-Erfahrung auffrischen oder vertiefen wollen und/oder nochmals einen neuen Anlauf für die eigene Praxis im Alltag brauchen. Er beinhaltet einen gemeinsamen Schweigetag, weitere Themen sind Mikroentscheidungen, Liebende Güte und die Entfaltung von Gleichmut sowie nach Absprache Impulse von Teilnehmer/innen.

Abendtermine (5 Termine)	mittwochs, 18:30-21:00 (Beginn 29. März., bis 10. Mai)
Tag der Achtsamkeit (Schweigetag)	6. Mai 2023 (Samstag, 10-16 Uhr)
Einzeltermine	29.3., 5.4., 12.4., 26.4., 6.5., 10.5.2023
Kosten	220 EUR
Teilnehmer/innen	4-8
Veranstaltungsort	EFG Weinstadt, Eichenstr. 59, 71384 Weinstadt

Anmeldung bei:
Dr. Alan Schink
MBSR & Achtsamkeit
www.mbsr-weinstadt.com
Telefon: 0178 / 806 23 66

MITGLIED IM

mbsr-mbct

VERBAND

ACHTSAMKEIT IM LEBEN

