

Nächste Kurse von Martin Hubal

MBSR-Kurs Stressbewältigung durch die Praxis der Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Alle Kursteilnehmende erhalten einen Zugang zu einem MBSR-Online-Kurs mit allen 8 Modulen. Ideal zum Nacharbeiten und Üben der Inhalte, besonders wenn Du einen Kursabend versäumt hast. Die Online-Module bleiben für dich ein Jahr verfügbar! Der Zugang zum Online-Kurs ist im Preis inbegriffen!

Uhrzeit: 19:00-21:30 Uhr

Adresse

Gesundheitszentrum (ehemals INTEGRA)

Neue Sülze 5 21335 Lüneburg