

Nächste Kurse von Kathrin Brunzema

MBSR Live-Onlineseminar Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Bequem und örtlich flexibel von zuhause praktizieren.

Das 8-Wochen-Training modern als interaktiver Online-Kurs über Zoom. Kassenzuschuss möglich.

Bei den praktischen Übungen und Meditationen können sich die Teilnehmer*Innen ganz vom Bildschirm wegbewegen. Vereinbaren Sie gerne ein kostenfreies Vorgespräch.

Beginn: 07.10.2026 **Ende:** 02.12.2026

Uhrzeit: 18:30- 20:30 Uhr

Adresse

Online

Helenenwallstr. 5a

50679 Köln