

Nächste Kurse von Swetlana Sobolewski

MBSR - Stressbewältigung mit Hilfe von Achtsamkeit Herbst 2026 Abends

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Sich um sich selbst zu kümmern, bedeutet als Erstes zu lernen, wie man anhält und nach innen schaut. Gemeinsam erforschen wir, was es da für Möglichkeiten gibt, sowie welche und wann am besten taugen. Dieser Kurs ist zertifiziert für den Krankenkassenzuschuss Kurs-ID: □ KU-ST-TTVRD4. Weitere Infos auf www.binbeimir.de

Beginn: 30.09.2026 **Ende:** 02.12.2026

Uhrzeit: 18:30 - 21:00 Uhr

Adresse

Fichtestraße

Fichtestraße 31

90489 Nürnberg