VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Nächste Kurse von Ilse Schabsky

Auszeit am Meer

Kurse mit Übernachtung
Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit etwas Erfahrung in Meditation und/oder Yoga. Das Programm bietet einen entspannten Wechsel zwischen Achtsamkeitsübungen, Yoga, Natur erleben und Entspannung. Mehr unter
www.wegderachtsamkeit.de/auszeit-am-meer

Beginn: 26.11.2026 **Ende:** 29.11.2026

Adresse
Seminarhotel Kunze-Hof
Deichstrasse 16-18
26937 Stadland