

Nächste Kurse von Dipl. Oecotrophologin Berta Franziska Tisowsky

Gesundheitstelefon

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Einfach direkt bei mir melden unter 0177-933 2704. Mehr zum wissenschaftlich fundierten MBSR- und MBCL- 8 Wochen-Programm erfahren. Kostenfreie, individuelle Information und Beratung (MBSR, MBCL, Zen).

Beginn: 16.12.2025

Uhrzeit: 18.00-19.00 Uhr

Adresse

61440

Oberursel

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR-Kurs)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Weitere Infos: www.berta-tisowsky.de

Beginn: 13.01.2026 **Ende:** 03.03.2026

Uhrzeit: 18.00-20.30 Uhr

Adresse

fief e.V.

Tabaksmühlenweg 30 E

61440 Oberursel

Achtsamkeitstag (MBSR)

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Achtsamkeitstag (MBSR): offen für alle mit MBSR-Erfahrung oder entsprechender Meditationspraxis.

Beginn: 21.02.2026

Uhrzeit: 10-16 Uhr

Adresse

fief e.V.

Tabaksmühlenweg 30 E

61440 Oberursel

Achtsamkeits- und Mitgefühlsmeditation (MBSR, MBCL) (Yoga- und Gesundheitsfestival, Orscheler Sommer

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Genauere Infos folgen.

Einfach mit einer Matte und bequemer Kleidung in den Rushmoorpark in Oberursel kommen und kostenfrei bei Achtsamkeitsübungen mitmachen.

Beginn: 19.07.2026

Adresse

61440

Oberursel