

Nächste Kurse von Nathalie Krier

MBSR 8 Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

8 Wochen – je ein Kurstermin à 2,5 Stunden pro Woche

1 Tag der Achtsamkeit (samstags oder sonntags)

Individuelle Begleitung: Vorgespräch & Nachgespräch

Audio-Material für die Praxis zu Hause

Arbeitsheft mit Übungen und Hintergrundwissen

Die tägliche Übungspraxis von ca. 45 Minuten ist ein wichtiger Bestandteil des Kurses.

Beginn: 25.09.2025 **Ende:** 20.11.2025

Uhrzeit: 18.30-21.00 Uhr

Adresse

Nathalie Krier

rue Prinsipale 57

5480 Wormeldange, Luxemburg