

Nächste Kurse von Hella Göbel

RUHE-PAUSE

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Beginn: 29.11.2025 **Ende:** 29.11.2025

Uhrzeit: 09:30 - 12:00 Uhr

Adresse

Schafferei Usingen Scheunengasse 16 61250 Usingen

RUHE-PAUSE (KOPIE)

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Sehnst Du Dich nach einer RUHE-PAUSE und möchtest in die Achtsamkeit hineinschnuppern, dann ist der Vormittag für Dich geeignet. Wir bitten aus Platzgründen um Anmeldung.

Beginn: 06.12.2025 **Ende:** 06.12.2025

Uhrzeit: 09:30 - 12:00 Uhr

Adresse

Schafferei Usingen Scheunengasse 16 61250 Usingen

MBSR-DieKunstDerAchtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Möchtest Du tief in die Achtsamkeit eintauchen und sie in Dein Leben einladen, dann ist dieser Kurs für Dich. "Wir können die Wellen nicht stoppen, aber wir können lernen, sie zu reiten" Jon Kabat-Zinn

Beginn: 16.01.2026 **Ende:** 06.03.2026

Uhrzeit: 18:00 Uhr

Adresse

Yoga Studio Ananda

Robert-Bosch-Str. 7 61267 Neu-Anspach