

Nächste Kurse von Ute Papadopoulos

MBSR - Stressbewältigung mit der Praxis der Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Für alle, die eine Pause einlegen und lernen möchten, in herausfordernden Zeiten mit mehr Ruhe und Übersicht da zu sein.

In einer sicheren Lernumgebung tauchen wir ein in die Praxis der Achtsamkeit, machen Erfahrungen und lernen mit- und voneinander.

Der Kurs ist online - so dass du immer dort dabei sein kannst, wo du bist.

Du hast Fragen oder möchtest dich anmelden? Ich freue mich auf deine E-Mail an willkommen@raum900.de.

Beginn: 28.09.2026 **Ende:** 16.11.2026

Uhrzeit: 19:00 - 21:30 Uhr

Adresse

Online via Zoom