

Nächste Kurse von Malte Thormählen

Yoga (traumasensitiv unterrichtet)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Bei uns geht es einzig und allein um das psychische und körperliche Wohlbefinden. Es geht darum, in Kontakt zu kommen mit unserem Körper und in Kontakt zu kommen mit unserem Innenleben. Es geht darum, mit all dem wieder in Kontakt zu kommen, was wir in unserem Alltag – aus welchen Gründen auch immer – so schmerzlich vernachlässigt haben. In unseren Yogakursen vermitteln wir den freundlichen und interessierten Umgang mit unserem Körper und mit uns selber. Und die Wirkung ist Heilung. Heilung von unserem harten und oft unnachgiebigen Umgang mit uns selbst. Heilung zu einem Wohlbefinden, das am Ende in uns selber entsteht, wenn wir die Freundschaft zu unserem Körper und zu uns wiederfinden. Und deswegen richtet sich unser Angebot gerade an die Menschen, die vielleicht in der Vergangenheit das Gefühl hatten, nicht wirklich in einen Yogakurs hineinzupassen. Unser Angebot richtet sich an die Unflexiblen, die Niedergeschlagenen, die Fülligeren, an Menschen mit neurologischen Problemen, Menschen mit Traumafolgestörungen und an alle Menschen, die die Sehnsucht haben, ihr Heilsein und ihr Ganzsein in sich zu erspüren.

Termine (in Präsenz & online):

Montags 17:30 – 19:00

Beginn: 22.04.2024

Uhrzeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Adresse

Kassenärztliche Facharztpraxis für Psychotherapie und Achtsamkeit

Rochusstrasse 137

53123 Bonn-Duisdorf

Tag der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Der Tag der Achtsamkeit bietet allen Ehemaligen und aktuellen Teilnehmer*innen unserer Gruppen die Möglichkeit, gemeinsam zu üben und sich auszutauschen sowie sich der Achtsamkeit einen Tag lang zu widmen.

Melden Sie sich hierfür bitte vorab per Mail unter zentrale@therapiedrt.de an.

Wir freuen uns auf Sie!

Beginn: 08.06.2024

Uhrzeit: 11:00 Uhr

Adresse

Kassenärztliche Facharztpraxis für Psychotherapie und Achtsamkeit

Rochusstrasse 137

53123 Bonn-Duisdorf

Tag der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Der Tag der Achtsamkeit bietet allen Ehemaligen und aktuellen Teilnehmer*innen unserer Gruppen die Möglichkeit, gemeinsam zu üben und sich auszutauschen sowie sich der Achtsamkeit einen Tag lang

zu widmen.

Melden Sie sich hierfür bitte vorab per Mail unter zentrale@therapiedrt.de an.

Wir freuen uns auf Sie!

Beginn: 21.09.2024

Uhrzeit: 11:00 Uhr

Adresse

Kassenärztliche Facharztpraxis für Psychotherapie und Achtsamkeit

Rochusstrasse 137

53123 Bonn-Duisdorf

Tag der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Der Tag der Achtsamkeit bietet allen Ehemaligen und aktuellen Teilnehmer*innen unserer Gruppen die Möglichkeit, gemeinsam zu üben und sich auszutauschen sowie sich der Achtsamkeit einen Tag lang zu widmen.

Melden Sie sich hierfür bitte vorab per Mail unter zentrale@therapiedrt.de an.

Wir freuen uns auf Sie!

Beginn: 30.11.2024

Uhrzeit: 11:00 Uhr

Adresse

Kassenärztliche Facharztpraxis für Psychotherapie und Achtsamkeit

Rochusstrasse 137

53123 Bonn-Duisdorf