

Nächste Kurse von Hanna Tempelhagen

Achtsame Kommunikation

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Vorgespräch nach Vereinbarung
Anmeldung:
Hanna Tempelhagen
ht(at)themindfulspaces.com
0152 28993958
https://themindfulspaces.com/de/mbsr-kurs/vertiefung/
Via Zoom

Beginn: 09.04.2024 **Ende:** 18.06.2024

Uhrzeit: 19h00-21h00 Uhr

Adresse

Online

Am Sandtorkai 20457 Hamburg

Achtsame Kommunikation Online

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Vorgespräch nach Vereinbarung
Anmeldung:
Hanna Tempelhagen
ht(at)themindfulspaces.com
0152 28993958
https://themindfulspaces.com/de/mbsr-kurs/vertiefung/
Via Zoom

Beginn: 16.04.2024 **Ende:** 25.06.2024

Uhrzeit: 19h00-21h00 Uhr

Adresse

Online

Am Sandtorkai 20457 Hamburg

Achtsames Selbstmitgefühl 8 Wochen-Kurs in Präsenz (MSC)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Dies ist ein Kurs im Achtsamen Selbstmitgefühl (Mindful Self-Compassion) nach Kristin Neff und Christopher Germer.

Dieser Kurs findet in Präsenz in Hamburg statt.



Kurstermine - Mittwochabend 19h00-21h30

Session 1: 29. Mai 18h30-21h30 (erster Abend länger)

Session 2: 05. Juni 19h00-21h30

Session 3: 12. Juni 19h00-21h30

Session 4: 19. Juni 19h00-21h30

Session 5: 26. Juni 19h00-21h30

Session 6: 03. Juli 19h00-21h30

Session 7: 10. Juli 19h00-21h30

Retreat: So 14. Juli 09h00-14h00

Session 8: 17. Juli 18h30-21h30 (letzter Abend länger)

Einzelgespräch:

- 1 x Vorgespräch vor Kursbeginn

Die Termine sind individuell mit dem/der Trainer in zu vereinbaren.

inkl. Arbeitsunterlagen, Audiodateien und unterstützenden Mailings

Anmeldung und Information unter:

info(at)themindfulspaces; Tel: 015228993958

Beginn: 29.05.2024 **Ende:** 17.07.2024

Uhrzeit: 19h00-21h30 Uhr

Adresse

The Mindful Spaces c/o Freiraum Curio-Haus Rotherbaum Hamburg

Rothenbaumchaussee 17

20148 Hamburg