

Nächste Kurse von Petra Müssig

KLAR SEHEN! 6-teiliger Aufbaukurs mit dem Fokus auf die automatisierte und / oder achtsame Wahrnehmung

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Mehr Informationen: <https://petramuessig.de/achtsamkeit-klar-sehen/>

6-teiliger MBSR-Auffrischerkurs mit dem Themenschwerpunkt "Klar sehen", für Menschen, die bereits (bei mir oder jemand Anderem) einen 8-Wochenkurs absolviert haben und Ihre Praxis nun unter Anleitung über 6 Abende vertiefen, üben und meditieren möchten. Der Schwerpunkt dabei liegt auf dem "klaren sehen": Übungen und Erfahrungen zur Wahrnehmung - automatisiert und / oder achtsam - werden durch Übungen aus dem Augen-Yoga ergänzt.

Beginn: 11.02.2025 **Ende:** 18.03.2025

Uhrzeit: 19:00 bis 21:00 Uhr

Adresse

ONLINE-Kurs

ZOOM

MBSR-8-Wochenkurs in PRÄSENZ ab 12.Februar 2025 in Radolfzell am Bodensee

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Weitere Informationen unter: <https://petramuessig.de/mbsr-radolfzell/>

MBSR Präsenzkurs mit Zeit der Stille in Radolfzell am Bodensee.

kostenfreier und unverbindlicher Einführungsabend am Mittwoch, 22. Januar 2025 von 18:30 bis 19:30 in Radolfzell

Wenn Sie sich für diesen Kurs interessieren, aber noch nicht sicher sind, ob Sie sich mit mir als Lehrerin wohlfühlen, lade ich Sie herzlich und unverbindlich zum Einführungsgespräch (wenn machbar persönlich, ansonsten telefonisch oder online) ein. Danach können Sie sich immer noch entscheiden,

Beginn: 12.02.2025 **Ende:** 02.04.2025

Uhrzeit: 18:30 bis 21:00 Uhr

Adresse

Radolfzell

78315 Radolfzell