

Nächste Kurse von Dipl. Oecotrophologin Berta Franziska Tisowsky

Achtsamkeitstag (MBSR)

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Achtsamkeitstag (MBSR): offen für alle mit MBSR-Erfahrung oder entsprechender Meditationspraxis.

Beginn: 25.05.2024

Uhrzeit: 10 Uhr

Adresse

fief e.V.

Tabaksmühlenweg 30 E

61440 Oberursel

Gesundheitstelefon (fokus O.)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Einfach anrufen unter 06171/ 631884. Mehr zum wissenschaftlich fundierten MBSR- und MBCL- 8

Wochen-Programm erfahren. Kostenfreie, individuelle Information und Beratung (MBSR, MBCL, Zen).

Beginn: 05.06.2024

Uhrzeit: 18.00-20.00 Uhr

Adresse

61440

Oberursel

Achtsamer Spaziergang (Orscheler Sommer 2024)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Achtsamer Spaziergang (Teil des Orscheler Sommers)

Einmal bewusst und in Ruhe durch Oberursel gehen. Verweilen an Orten, die dazu einladen, etwas Neues zu entdecken. Einfach so – mithilfe unserer aufmerksamen Sinneswahrnehmung. Sehen, Hören, Riechen, Spüren. Mit dem Anfängergeist unterwegs sein und Oberursel ganz neu erleben. Kostenfreie

Veranstaltung im Rahmen des Orscheler Sommers.

Genauere Infos zum Treffpunkt folgen.

Beginn: 25.06.2024

Uhrzeit: 11.00 Uhr

Adresse

61440

Oberursel

Achtsamer Spaziergang (Orscheler Sommer 2024)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Achtsamer Spaziergang (Teil des Orscheler Sommers)

Einmal bewusst und in Ruhe durch Oberursel gehen. Verweilen an Orten, die dazu einladen, etwas Neues zu entdecken. Einfach so – mithilfe unserer aufmerksamen Sinneswahrnehmung. Sehen, Hören, Riechen, Spüren. Mit dem Anfängergeist unterwegs sein und Oberursel ganz neu erleben. Kostenfreie Veranstaltung im Rahmen des Orscheler Sommers.

Genauere Infos zum Treffpunkt folgen.

Beginn: 23.07.2024

Uhrzeit: 11.00 Uhr

Adresse

61440

Oberursel

Achtsamkeits- und Mitgefühlsmeditation (MBSR, MBCL) (Yoga und Gesundheitstag, Orscheler Sommer 2024)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Genauere Infos folgen.

Einfach mit einer Matte und bequemer Kleidung in den Rushmoorpark in Oberursel kommen und kostenfrei bei Achtsamkeitsübungen mitmachen.

Beginn: 11.08.2024

Adresse

61440

Oberursel

Achtsamkeit & (Selbst)Mitgefühl (MBSR, MBCL) - Vortrag mit Übung)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Vortrag mit Übung im Rahmen des kostenfreien Veranstaltungsprogramms der Säule Dienstleister des Fokus O.

Beginn: 04.09.2024

Uhrzeit: 19.00 Uhr

Adresse

elaya Hotel

Zimmersmühlenweg 35

61440 Oberursel

MBCL-Kurs – Mittwoch Abend

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Weitere Infos: www.bera-tisowsky.de

Beginn: 25.09.2024 **Ende:** 13.11.2024

Uhrzeit: 19.30-22.00 Uhr

Adresse

fief e.V.

Tabaksmühlenweg 30 E
61440 Oberursel

MBSR-Kurs – Dienstag Abend

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Weitere Infos: www.bera-tisowsky.de

Beginn: 01.10.2024 **Ende:** 19.11.2024

Uhrzeit: 17.00-19.30 Uhr

Adresse

fief e.V.

Tabaksmühlenweg 30 E
61440 Oberursel

Achtsamkeitstag (MBSR)

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Achtsamkeitstag (MBSR): offen für alle mit MBSR-Erfahrung oder entsprechender Meditationspraxis.

Beginn: 09.11.2024

Uhrzeit: 10 Uhr

Adresse

fief e.V.

Tabaksmühlenweg 30 E
61440 Oberursel