

Nächste Kurse von Nicole Becker

MBSR Vertiefungskurs

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Dieser Vertiefungskurs umfasst drei Termine: Am Mittwoch den 10.04.24/ 15.05.24 und 26.06.24 jeweils von 19.00 - 21.00 Uhr

Gebühr: Nach Selbsteinschätzung

Die Abende dienen der eigenen Vertiefung und des Austausches untereinander. Es werden Meditationen und Körperübungen aus dem MBSR Programm vertiefend geübt.

Beginn: 10.04.2024 **Ende:** 26.06.2024

Uhrzeit: 19.00 Uhr

Adresse

Yoga am Kirchberg

Drachenburgstr. 80

53179 Bonn

MBSR 8 Wochenkurs - Mittwochabendkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

MBSR 8 Wochenkurs nach Jon Kabat-Zinn

Vom 24.04.2024 - 26.06.2024

Mittwochabends von 19.00 - 21.30 Uhr

Tag der Achtsamkeit am 02.06.24 von 10.00 - 16.00 Uhr

Gebühr 360,-€

Termine:

Woche 1: 24.04.24

Woche 2: 08.05.24

Woche 3: 22.05.24

Woche 4: 29.05.24

Woche 5: 05.06.24

Woche 6: 12.06.24

Woche 7: 19.06.24

Woche 8: 26.06.24

Beginn: 24.04.2024 **Ende:** 26.06.2024

Uhrzeit: 19.00 Uhr

Adresse

Yoga am Kirchberg

Drachenburgstr. 80

53179 Bonn

MBSR 8 Wochenkurs - Freitagvormittag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

MBSR 8 Wochenkurs nach Jon Kabat-Zinn

03.05.24 - 05.07.24

Tag der Achtsamkeit am 23.06.24 von 10.00 - 16.00 Uhr

Freitags, 09.00 - 11.30 Uhr

Gebühr 360,-€

Einzeltermine:

Woche 1: 03.05.24

Woche 2: 17.05.24

Woche 3: 24.05.24

Woche 4: 07.06.24

Woche 5: 14.06.24

Woche 6: 21.06.24

Woche 7: 28.06.24

Woche 8: 05.07.24

Beginn: 24.05.2024 **Ende:** 19.07.2024

Uhrzeit: 09.30 Uhr

Adresse

Yoga am Kirchberg

Drachenburgstr. 80

53179 Bonn