

Nächste Kurse von Veronika Schantz

Stressreduktion durch Achtsamkeit – MBSR-Einführung (KOPIE)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Sie erhalten einen Einblick in die Methode, probieren verschiedene Meditationsübungen aus, um so herauszufinden, ob MBSR für Sie geeignet ist.

Anmeldung unter <https://www.mvhs.de> oder (089) 4 80 06-0

Beginn: 20.04.2024 **Ende:** 21.04.2024

Uhrzeit: 10 - 17 und 10 - 14 Uhr

Adresse

Stadtbereichszentrum Süd 403

Albert-Roßhaupter-Straße 8

81369 München

MBSR-Schnupperstunden

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Anmeldung ab Sommersemester 2024 bitte über
www.vhs-grafing.de od. 08092 8195 0

Beginn: 27.04.2024

Uhrzeit: 09.30-13.30 Uhr

Adresse

VHS Grafing /Ebersberg

Dr. Wintrich - Straße 3

85560 Ebersberg

MBSR-8-Wochen-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Anmeldung bitte über
www.vhs-grafing.de od. 08092 8195 0

Beginn: 05.06.2024 **Ende:** 24.07.2024

Uhrzeit: 19.30 - 22.00 Uhr

Adresse

VHS Grafing /Ebersberg

Dr. Wintrich - Straße 3

85560 Ebersberg

MBSR-8-Wochen-Kurs (KOPIE)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Beginn: 07.06.2024 **Ende:** 26.07.2024
Uhrzeit: 14.00 - 16.30 Uhr

Adresse

Stadtbereichszentrum Süd 403
Albert-Roßhaupter-Straße 8
81369 München