

## Nächste Kurse von Andrea Maria Kubiak

### MSC/MBCL-8-Wochen-Kurs

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

MSC/MBCL-8-Wochen-Kurs nach Kristin Neff/Chris Germer plus 1 Tag der Achtsamkeit/Mitgeföhls. Begleitend zum Kurs gibt es ein umfangreiches Skript sowie Mitgeföhlsmeditationen als Audiodatei. Sollten es die Covid-19 Bestimmungen erfordern, kann der Kurs jederzeit als Online-Veranstaltung weitergeführt werden. Weitere Infos zum Kurs unter [www.Andrea-Kubiak.de](http://www.Andrea-Kubiak.de)

**Beginn:** 12.04.2021    **Ende:** 14.06.2021

**Uhrzeit:** 18.30-21.30 Uhr

#### Adresse

FreiRaum

Schlößlestraße 6  
70186 Stuttgart-Ost (Gablenberg)

### MBSR-8-Wochen-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

8-Wochen-MBSR-Kurs nach Jon Kabat-Zinn plus 1 Tag der Achtsamkeit, umfangreiches Skript und Audiodateien/CDs. Sollten es die Covid-19 Bestimmungen erfordern, kann der Kurs jederzeit Online weitergeführt werden. Weitere Infos zum Kurs unter [www.Andrea-Kubiak.de](http://www.Andrea-Kubiak.de)

**Beginn:** 13.04.2021    **Ende:** 15.06.2021

**Uhrzeit:** 18.30-21.00 Uhr

#### Adresse

FreiRaum

Schlößlestraße 6  
70186 Stuttgart-Ost (Gablenberg)