

## Nächste Kurse von Kai Bestmann

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag (nur AOK-Mitglieder)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Dieser Kurs kann nur über die AOK gebucht werden und wird für AOK-Mitglieder zu 100% erstattet.

**Beginn:** 23.04.2024    **Ende:** 11.06.2024

**Uhrzeit:** 18:15 Uhr

#### Adresse

Kai Bestmann

Neuenkamp 30

25497 Prisdorf

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag (KOPIE)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 22.05.2024    **Ende:** 10.07.2024

**Uhrzeit:** 19 Uhr

#### Adresse

Kai Bestmann

Neuenkamp 30

25497 Prisdorf