

## Nächste Kurse von Luitgard Wilke

### Tag der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

**Beginn:** 13.03.2021    **Ende:** 13.03.2021

#### Adresse

westerwerk im ehemaligen Landgericht

Breitenburger Str. 68

25524 Itzehoe

### Stressbewältigung durch die Praxis der Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 09.09.2021    **Ende:** 11.11.2021

**Uhrzeit:** 18:30 - 21:00 Uhr

#### Adresse

westerwerk im ehemaligen Landgericht

Breitenburger Str. 68

25524 Itzehoe