Nächste Kurse von Inga Mayer

MBSR 8 Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Beginn: 05.06.2024 **Ende:** 31.07.2024

Uhrzeit: 18.30 -21.00 Uhr

Adresse

Praxis für Ayurvedische Heilkunst

Wurzerstrasse 11
80539 München

MSC 8 Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Mittwoch 30.10. entfällt.

Beginn: 25.09.2024 **Ende:** 20.11.2024

Uhrzeit: 18:30 - 21:00 Uhr

Adresse

Praxis für Ayurvedische Heilkunst

Wurzerstrasse 11
80539 München

Auszeit auf der Insel "In Frieden sein -mit sich und der Welt"

Kurse mit Übernachtung

"In Frieden sein- mit sich und der Welt"

4 Tages Retreat mit Übungen der Achtsamkeit, MBSR/MSC, Meditation, Yoga u IFS. Das Seminar findet teilweise im Schweigen statt.

Beginn: 03.10.2024 **Ende:** 06.10.2024

Adresse

Kloster Frauenchiemsee

Frauenwörth/Chiemsee