



Alexander Hayn

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

Termine 2020:

8 Wochen MBSR-Kurse in Köln-Sülz:

18.08.2020-06.10.2020, dienstags

20.08.2020-08.10.2020, donnerstags

27.10.2020-15.12.2020, dienstags

29.10.2020-17.12.2020, donnerstags

Achtsamkeits-Wochenendkurs am 20.06. & 21.06. 2020

Achtsamkeits-Wochenendkurs am 12.09. & 13.09. 2020

MBSR Kompaktkurs vom 13.07. bis 18.07.2020

MBSR-Einzeltraining & MBSR-Paartraining. Fortlaufende Termine.

Weitere Infos & Anmeldung unter [www.achtsamkeit-mbsr-koeln.de](http://www.achtsamkeit-mbsr-koeln.de)

