



Alexander Hayn

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

Nächste Termine:

- 8 Wochen MBSR-Kurs 16.05.-04.07.2023, dienstags
- 8 Wochen MBSR-Kurs 15.06.-03.08.2023, donnerstags
- Achtsamkeits-Wochenendkurs am 13.05. & 14.05.2023
- Offener Abend alle 2 Wochen mittwochs ab 10.05.2023
- Einzeltraining: fortlaufende Termine
- Paartraining: fortlaufende Termine

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

