

## TERMINE

Kurs 2 / 2018

### **„Stressbewältigung durch die Praxis der Achtsamkeit“ (MBSR)**

Kursleiterin

Dipl.-Psych. Anne Egger-Büssing

29.05.2018

05.06.2018

12.06.2018

19.06.2018

26.06.2018

03.07.2018

**07.07.2018**

10.07.2018

17.07.2018

**Kursbeginn** jeweils 19.00 Uhr, **Kursende** gegen 21.30 Uhr

**Ausnahme: 07.07.2018, 09.00 Uhr bis 15.00 Uhr**

Eine **Teilnahme** ist **nur** möglich

- wenn der Informationsabend am **18.04.2018** besucht wurde (Anmeldung erforderlich).
- wenn der Kurs komplett absolviert werden kann
- wenn pünktliches Erscheinen sowie Anwesenheit bis zum Ende der jeweiligen Veranstaltung gewährleistet werden kann
- wenn die Teilnehmerin/der Teilnehmer sich in der Lage sieht, sich während des Kurses täglich mindestens 45 Minuten mit dem Inhalt des Kurses zu beschäftigen

**Unterrichtsmaterial** inklusive 3 CDs wird gestellt und ist im Preis enthalten.

**Teilnehmerzahl:** mindestens 8, höchstens 12

**Kosten:** 350,00 €

Bei Vorlage der entsprechenden Bestätigung:  
Schüler, Studenten, Rentner, Arbeitslose, Sozialhilfeempfänger 250 €

**Ausführliche Informationen zum Kurs unter [www.mbsr-ingolstadt.de](http://www.mbsr-ingolstadt.de)**