

TERMINE

Kurs 1 / 2020

„Stressbewältigung durch die Praxis der Achtsamkeit“ (MBSR)

Kursleiterin

Dipl.-Psych. Anne Egger-Büssing

21.04.2020
28.04.2020
05.05.2020
12.05.2020
19.05.2020
26.05.2020
16.06.2020
20.06.2020
23.06.2020

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

Ausnahme: 20.06.2020, 09.00 Uhr bis 15.00 Uhr

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

- wenn der Informationsabend am **24.03.2020** 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: 390,00 €

Bei Vorlage der entsprechenden Bestätigung:
Schüler, Studenten, Rentner, Arbeitslose, Grundsicherungsempfänger 290 €

Ausführliche Informationen zum Kurs unter www.mbsr-ingolstadt.de