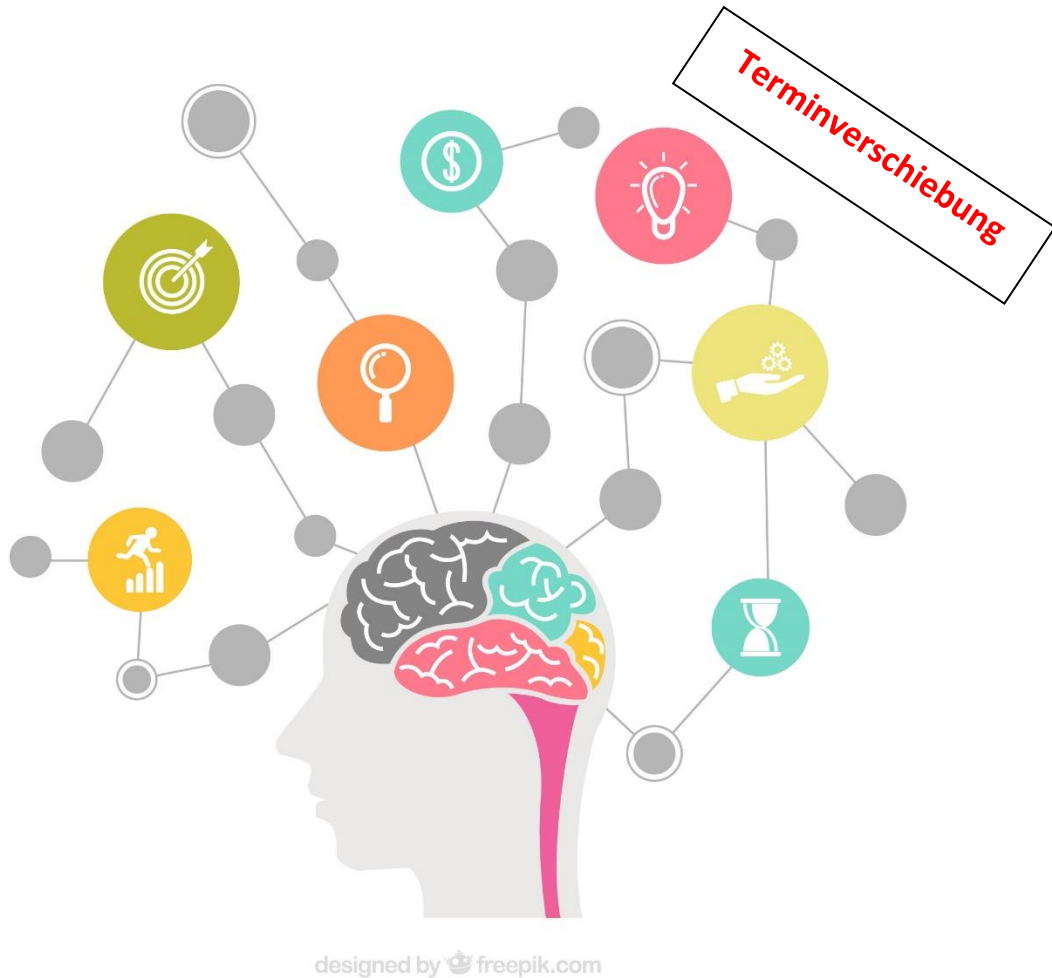


Gelassen, sicher und klar

Online-Seminar zur Körperwahrnehmung – Achtsamkeit



Online-Seminar / Workshop (2 Termine)

Dienstag 26.6. und Dienstag 6.7.2021 von 17-19 Uhr (2 Termine)

Wir lernen im interaktiven Seminar einfache Achtsamkeitsübungen kennen
(nach Jon Kabat-Zinn: „MSBR – Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion“).

Bitte melden Sie sich bis 30.6.2021 an unter
leitstelle-integration@hochtaunuskreis.de

Bei Rückfragen kontaktieren Sie gerne Herrn Rainer Hoffmann-Alfke
rainer.hoffmann-alfke@hochtaunuskreis.de Telefon 06172-999-4212

