

**Stressbewältigung durch Achtsamkeit
Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)**

Kurstermine, je von 17.30 – 20 Uhr

Mi, 18. Januar 2012 bis Mi, 07. März 2012

Tag der Achtsamkeit

Samstag, 25. Februar von 10 bis 16 Uhr

Kursleitung:

Silke Rupprecht

Kursort:

Kenkozentrum

Bahrenfelder Str. 201 b, 1. Innenhof, Aufgang 3

22765 Hamburg

www.kenkozentrum.de

Kosten:

330 € inkl. Übungs-CDs und Kursmaterialien

Ermäßigung auf Anfrage möglich.

Interessiert? Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig
einen Telefontermin zum Vorgespräch.



www.achtsamkeit-hamburg.de

info@achtsamkeit-hamburg.de

040-34980185