



MBSR-8-Wochen-Kurs

(Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion nach Jon Kabat-Zinn)

Juliane Oberlinger

MBSR TRAINERIN

Sie möchten Ihr Leben bewusster wahrnehmen und gestalten?
Mit diesem Programm lernen Sie Möglichkeiten dafür kennen
und können sie auch gleich anwenden und üben.

Nähere Infos erhalten Sie unter: www.mbsr4you.de

Gerne beantworte ich Ihre Fragen auch
per E-Mail (info@mbsr4you.de) oder telefonisch (06220/5217249).