

## ACHTSAMKEIT UND STRESSBEWÄLTIGUNG NACH JON KABAT-ZINN. EINFÜHRUNG IN DIE GRUNDLAGEN AUS DEM MBSR.

### KURSNR. / TERMINE

FB25034: 06.04. - 11.04.2025

FB25035: 29.06. - 04.07.2025

### GEBÜHREN

Teilnahmebeitrag: 899,00 €

EZ-Zuschlag: 100,00 €

### LEISTUNGEN

5 Übernachtungen mit Vollpension im  
1/2 Doppelzimmer mit DU/WC;  
Studienleitung,  
Programmdurchführung.

Nicht enthalten: An- und Abreise.

### DOZENT\*IN

Ilse Schabsky: MBSR-Lehrerin

### UNTERKUNFT

Seminarhotel Kunze-Hof, Jadebusen

<http://www.kunze-hof.de/>

### VERLÄNGERUNG

Auf Anfrage und Verfügbarkeit sind  
Zusatznächte möglich. Bitte fragen  
Sie über das Forum Gesundheit an.

### MATERIALIEN

Je nach Veranstaltungsort kann es  
möglich sein, dass Sie eine  
Yogamatte und ein Sitzkissen  
mitbringen müssten.

### ENDINFORMATIONEN

Weitere Informationen zu Ihrer  
Unterkunft, Materialien oder  
Programmänderungen erhalten Sie  
ca. 4 Wochen vor Beginn der  
Veranstaltung per Post.

### EMPFEHLUNG

Wir empfehlen immer den Abschluss  
einer Reiserücktrittsversicherung bei  
einer Ihnen bekannten Versicherung.  
Eine Versicherung kann nicht über  
uns gebucht werden.

