

Domenica 28 Gennaio 2018 ore 9.30-15.30

MINDFULNESS:
Giornata Intensiva
presso Tages Onlus - Firenze

UN INCONTRO DI RICHIAMO ALLA PRATICA
DEDICATO A CHI HA GIÀ PARTECIPATO A
PERCORSI MBSR o MBCT

Chi può partecipare?

Possono partecipare tutti coloro che hanno già svolto gruppi MBSR o MBCT

Come iscriversi?

Per iscriversi basta inviare una email a info@tagesonlus.org, chiamare il numero 055-679037 o compilare il form sul sito alla pagina eventi

Come funziona?

La giornata intensiva rappresenta un momento fondamentale per la pratica mindfulness in contesti di gruppo. I partecipanti sperimenteranno momenti di piena consapevolezza attraverso la pratica e la condivisione di specifiche meditazioni.
Il costo per l'intera giornata è di euro 50