

# Curso de MBSR Online

## 8 semanas

*Para cualquier persona interesada en mindfulness este es el formato original creado por Jon Kabat-Zinn en la Universidad de Massachusetts/Brown.*

Programa de Reducción de Estrés basado en Mindfulness

22 SEPT  
17 NOV  
2020

MARTES  
DE  
18:30  
A  
21:00  
HORAS

### Impartido por:

Carola García y Beatriz Rodríguez-Vega  
(profesoras certificadas por la Universidad de Brown/Massachusetts).

### Fechas y horario:

Todos los martes:  
Septiembre: 22 (presentación), 29  
Octubre: 6, 13, 20, 27, sábado 31 (día de prácticas, sábado),  
Noviembre: 3, 10, 17  
(de 18,30 a 21,00 todos los martes, excepto día 29 sep.  
y 17 nov. de 18,30 a 21,30)

### Reserva de plaza:

Precio: 295€ (incluyendo el retiro y los materiales)  
Reserva 60€ no reembolsables (incluidos en los 295€ del curso).  
Si una vez realizada la inscripción, usted no puede asistir al curso y nos lo comunica antes del 20 de abril de 2020, se le reembolsarán 235€.

### Inscripción al curso y reserva de plaza:

Para inscribirte pincha [aquí](#).

### Lugar de presentación y curso:

Curso Online, mediante plataforma "ZOOM".

### Contacto:

cursosefsyp@efsyp.com

ORGANIZAN: