



# MINDFULNESS MBSR

## PROTOCOLLO PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS

con **Vincenzo Caporaso** e **Benedetta Balboni**

**Presentazione gratuita martedì 31 gennaio 2023 ore 19**

Ciclo 8 incontri dal 7 febbraio al 28 marzo 2023  
dalle 19 alle 21

Seminario intensivo sabato 1 aprile 2023  
dalle 9 alle 15

Costo

Ciclo + Seminario intensivo 5 ore € 280

Tesseramento €15

Centro Natura - via degli Albari 4/a - Bologna

Tel. 051 235643 oppure 051 223331

info@centronatura.it

**[www.centronatura.it](http://www.centronatura.it)**