Mindfulness
Association Polska

Powrót do podstaw

Data: 24.02-01.03.2026, online

Prowadzące: Anna Zubrzycki, Krystyna Boroń-Krupińska

	24.02 (wtorek)	25.02 (środa)	26.02 (czwartek)	27.02 (piątek)	28.02 (sobota)	1.03 (niedziela)
9:00-10:00		Sesja w ciszy	Sesja w ciszy	Sesja w ciszy	Sesja w ciszy	Sesja w ciszy
10:00-10:30		Przerwa	Przerwa	Przerwa	Przerwa	Prz
10:30-11:30		Sesja prowadzona	Sesja prowadzona	Sesja prowadzona	Sesja prowadzona	Sesja prowadzona
10:30–11:00		Przerwa	Przerwa	Przerwa	Przerwa	Przerwa
11:00-12:00		Sesja w ciszy	Sesja w ciszy	Sesja w ciszy	Sesja w ciszy	Sesja podsumowująca
12:00–13::30		Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Zakończenie
13:30-14:30		Sesja prowadzona	Sesja prowadzona	Sesja prowadzona	Sesja prowadzona	
14:30–15:00		Przerwa	Przerwa	Przerwa	Przerwa	
15:00-16:30	18.00-19.30 Sesja wprowadzajaca	Sesja w ciszy/Q&A	Sesja w ciszy/Q&A	Sesja w ciszy/Q&A	Sesja w ciszy/Q&A	