

Nächste Kurse von Birgit Bous

Informationsabend

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Infoabend zum Kurs beginnend am 11.02.26

Beginn: 04.02.2026 **Ende:** 04.02.2026

Uhrzeit: 18.30 Uhr

Adresse

Praxis Grit Bous

Ebertplatz 14-16
50668 Köln

MBSR-8-Wochen-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Kurs mit max 8 TN
Achtsamkeitstag, Samstag, 28. März

Beginn: 11.02.2026 **Ende:** 08.04.2026

Uhrzeit: 18.30 Uhr

Adresse

Praxis Grit Bous

Ebertplatz 14-16
50668 Köln

Achtsamkeitstag

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Offen für alle Menschen, die bereits an einen MBSR-Kurs teilgenommen haben

Beginn: 28.03.2026 **Ende:** 28.03.2026

Uhrzeit: 10.30 Uhr

Adresse

Praxis Grit Bous

Ebertplatz 14-16
50668 Köln