## Nächste Kurse von Alexander Hayn

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Weitere Informationen unter https://www.achtsamkeit-mbsr-koeln.de/kurstermine-infos/

**Beginn:** 23.10.2025 **Ende:** 18.12.2025
**Uhrzeit:** 18.00-20.30 Uhr

**Adresse**
achtsamkeit-mbsr-koeln.de
Am Justizzentrum 7
50939 Köln-Sülz