

## Nächste Kurse von Sabine Werner

### MBSR 8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer 8 Wochenkurs, vom Spitzenverband der Krankenkassen zertifiziert und bezuschungsfähig.

**Beginn:** 14.10.2026    **Ende:** 02.12.2026

**Uhrzeit:** 17 Uhr bis 19.30 Uhr

### Adresse

DRK Schmerzzentrum Mainz

Auf der Steig 16

55131 Mainz