

## Nächste Kurse von Melanie Meilinger

### Orientierungstermin zum 8-Wochen-just.women-MBSR-Kurs in Walsdorf | kostenlos

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

An diesem Informationstermin wird der MBSR-8-Wochenkurs-just.women vorgestellt, Fragen werden beantwortet und wir praktizieren gemeinsam. Der Kurs selbst startet am Donnerstag, den 0.02.2026 und richtet sich an Frauen, die sich mehr Freude, weniger Stress wünschen und Möglichkeiten entdecken möchten, wie wir mit den Herausforderungen des Lebens leichter umgehen können. Gerne können wir vorab telefonieren.

Alles Gute und bis bald

Melanie

**Beginn:** 22.01.2026    **Ende:** 22.01.2026

**Uhrzeit:** 19:30 Uhr

#### Adresse

Melanie Meilinger

65529 Waldems

### Orientierungstermin zum 8-Wochen-men.only-MBSR-Kurs in Walsdorf | kostenlos

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

An diesem Informationstermin wird der MBSR-8-Wochenkurs-men.only vorgestellt, Fragen werden beantwortet und wir praktizieren gemeinsam. Der Kurs selbst startet am Freitag, den 06.02.2026 und richtet sich an alle Herren der Schöpfung, die sich mehr Freude, weniger Stress wünschen und Möglichkeiten entdecken möchten, wie wir mit den Herausforderungen des Lebens leichter umgehen können.

Gerne können wir vorab telefonieren.

Alles Gute und bis bald

Melanie

**Beginn:** 23.01.2026    **Ende:** 23.01.2026

**Uhrzeit:** 19:30 Uhr

#### Adresse

Melanie Meilinger

65529 Waldems

### MBSR 8-Wochen-\*just.women\*-Kurs in Idstein-Walsdorf

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

\*\*\*JUST WOMEN\*\*\*

Nach der Teilnahme an einem MBSR-8-Wochenkurs berichteten viele TeilnehmerInnen von besserer Schlafqualität, mehr Gelassenheit, weniger Stress, leichteren Umgang mit Schmerzen, mehr Freude sowie Interesse an Vertiefungsabenden. Gemeinsam gehen wir auf eine interessante und aufregende Entdeckungsreise zu Dir selbst. Mehr Leichtigkeit und weniger Leid ist unser Motto (-):

Komm' gerne zum Info-Termin am 21.01.2026, 18:30-20:00 Uhr. Die konkrete Adresse erhältst Du gerne auf Anfrage.

Ich freu' mich auf Dich!

Die Kursgebühr beträgt 360,00 Euro.

Anmeldung ist bis zum 02.02.2026 möglich.

**Beginn:** 05.02.2026    **Ende:** 02.04.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

Melanie Meilinger

65529 Waldems

**MBSR 8-Wochen-\*men.only\*-Kurs in Idstein-Walsdorf**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

\*\*\*MEN ONLY\*\*\*

Nach der Teilnahme an einem MBSR-8-Wochenkurs berichteten viele TeilnehmerInnen von besserer Schlafqualität, mehr Gelassenheit, weniger Stress, leichteren Umgang mit Schmerzen, mehr Freude sowie Interesse an Vertiefungsabenden. Gemeinsam gehen wir auf eine interessante und aufregende Entdeckungsreise zu Dir selbst. Mehr Leichtigkeit und weniger Leid ist unser Motto (-:

Komm' gerne zum Info-Termin am 23.01.2026, 19:30-21:00 Uhr. Die konkrete Adresse erhältst Du gerne auf Anfrage.

Ich freu' mich auf Dich!

Die Kursgebühr beträgt 360,00 Euro.

Anmeldung ist bis zum 02.02.2026 möglich.

**Beginn:** 06.02.2026    **Ende:** 03.04.2026

**Uhrzeit:** 19:30 Uhr

**Adresse**

Melanie Meilinger

65529 Waldems