

Nächste Kurse von Gabriele Bihl

MBSR 8-Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer MBSR 8-Wochen Kurs in einer Kleingruppe mit 8 Terminen à 2,5h inklusive Teilnehmerunterlagen und Praxis Audios zum Download und einem halber Tag der Achtsamkeit an einem Samstag. Alle weiteren Details auf meiner Website oder gerne per mail oder telefonisch.

Beginn: 14.04.2026 **Ende:** 02.06.2026

Uhrzeit: 18.30-21.00 Uhr

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern

MBSR im Einzeltraining oder für Paare

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

MBSR im Einzeltraining oder für Paare. Termine können individuell vereinbart werden. 8 Kurstermine à 60 min im Einzeltraining bzw. 8 Kurstermine à 75 Min für Paare. Das Achtsamkeitstraining richtet sich weitgehend nach dem MBSR Curriculum und dessen Inhalten. Zielgruppe sind Einzelpersonen und Paare. Termine sind auch samstags oder sonntags möglich. Der Kurs findet online über Zoom statt.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.achtsamleben-yoga.de oder telefonisch: 017680352576

Beginn: 17.04.2026

Uhrzeit: 16 Uhr

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern

MBSR 8-Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer MBSR 8-Wochen Kurs in einer Kleingruppe mit 8 Terminen à 2,5h inklusive Teilnehmerunterlagen und Praxis Audios zum Download und einem halber Tag der Achtsamkeit an einem Samstag. Freitag 01.05. ist kein Termin Alle weiteren Details auf meiner Website oder gerne auch telefonisch.

Beginn: 17.04.2026 **Ende:** 12.06.2026

Uhrzeit: 16.00-18.30 Uhr

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern

MBSR im Einzeltraining oder für Paare

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

MBSR im Einzeltraining oder für Paare. Termine können individuell vereinbart werden. 8 Kurstermine à 60 min im Einzeltraining bzw. 8 Kurstermine à 75 Min für Paare. Das Achtsamkeitstraining richtet sich weitgehend nach dem MBSR Curriculum und dessen Inhalten. Zielgruppe sind Einzelpersonen und Paare. Termine sind auch samstags oder sonntags möglich. Der Kurs findet online über Zoom statt.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.achtsamleben-yoga.de oder telefonisch: 017680352576

Beginn: 08.05.2026

Uhrzeit: 17 Uhr

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern

MBSR im Einzeltraining oder für Paare

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

MBSR im Einzeltraining oder für Paare. Termine können individuell vereinbart werden. 8 Kurstermine à 60 min im Einzeltraining bzw. 8 Kurstermine à 75 Min für Paare. Das Achtsamkeitstraining richtet sich weitgehend nach dem MBSR Curriculum und dessen Inhalten. Zielgruppe sind Einzelpersonen und Paare. Termine sind auch samstags oder sonntags möglich. Der Kurs findet online über Zoom statt.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.achtsamleben-yoga.de oder telefonisch: 017680352576

Beginn: 05.06.2026

Adresse

Achtsam leben

Im Lachengrund 26

78658 Zimmern