

## Nächste Kurse von Jörg Degener

### Vertiefung Achtsamkeit und Meditation

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

30.01.

20.02.

13.03.

02.04.

08.05.

12.06.

24.07.

28.08.

18.09.

30.10.

20.11.

11.12.

**Beginn:** 30.01.2026    **Ende:** 11.12.2026

**Uhrzeit:** 18.15 Uhr

#### Adresse

Yogilove

Lübecker Straße 2a

22926 Ahrensburg

### MBSR 8 Wochen Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 04.05.2026    **Ende:** 22.06.2026

**Uhrzeit:** 18.00 Uhr

#### Adresse

Bargteheide

Baumschulenstrasse 24c

22941 Bargteheide