

## Nächste Kurse von Michaela Kühling

### MBSR 8-Wochen-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Die Kurstermine sind: 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 10.03. und 17.03.2026. Die 2. Infoveranstaltung findet am Montag, den 05.01.26 von 17 - ca. 18/18.30 Uhr in Dachau statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Ich bitte hierfür um Anmeldung per Mail.

Dieser Kurs ist nach §20 SGB V zertifiziert und wird von den gesetzlichen Krankenkassen als Präventionsmaßnahme / Gesundheitskurs bezuschusst.

**Beginn:** 20.01.2026    **Ende:** 17.03.2026

**Uhrzeit:** 18-20.30 Uhr

### Adresse

**YogaRaum**

Wilhelm-Maigatter-Weg 1

85221 Dachau