

### Nächste Kurse von Martina Meyer-Lutzky

#### MBSR-Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 25.02.2026    **Ende:** 06.05.2026

**Uhrzeit:** 18:30 - 21:00 Uhr

#### Adresse

Heilzentrum Helios

Am Stadtpark 95

90409 Nürnberg