

**Nächste Kurse von Diana Oppermann**

**MBSR-Kurs / Mehr Raum für Gelassenheit und innere Stärke**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.dianaoppermann.de](http://www.dianaoppermann.de)

**Beginn:** 20.01.2026    **Ende:** 24.03.2026

**Uhrzeit:** 18.00-20.30 Uhr

**Adresse**

Diana Oppermann

78462 KONSTANZ