

## Nächste Kurse von Marja Moritz

### Gelassener durchs Neue Jahr - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 04.02.2026    **Ende:** 01.04.2026

**Uhrzeit:** 19.00-21.30 Uhr

#### Adresse

Gemeinschaftsraum Grüne Wöhr e. V.

Feldahornweg 19

22303 Hamburg