

## Nächste Kurse von Heike Alsleben

### Stilletage im Kloster bei Würzburg: Mit-Menschlichkeit stärken

Kurse mit Übernachtung

Stilletage im Kloster: Freundschaft schließen mit mir selbst vom 19.02. bis 22.02.26.

Ein Kurs für Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene, geeignet als MBSR- und MBCT-Vertiefungskurs.

Beginn: am Donnerstag um 18:00 Uhr mit dem Abendessen

Ende: am Sonntag 12:00 Uhr mit dem Mittagessen.

Weitere Informationen:

<https://www.heike-alsleben.de/de/termine.php>

**Beginn:** 19.02.2026    **Ende:** 22.02.2026

### Adresse

Haus Klara

Kloster Oberzell 2

97299 Zell am Main