

## Nächste Kurse von Alexander Sommer

### Informationabend in Ravensburg zum MBSR-8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Informationen zur Achtsamkeit, zum MBSR und zum im März startenden 8-Wochenkurs. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

**Beginn:** 23.02.2026

**Uhrzeit:** 18:45 - 20:15 Uhr

#### Adresse

in den Räumlichkeiten Praxis Drs. Welte

Gartenstraße 49

88212 Ravensburg

### Informationabend in Wangen zum MBSR-8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Informationen zur Achtsamkeit, zum MBSR und zum im März startenden 8-Wochenkurs. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

**Beginn:** 24.02.2026

**Uhrzeit:** 18:30 - 20:00 Uhr

#### Adresse

in den Räumlichkeiten der Ergotherapiepraxis Strittmatter

Schmiedstraße 8

88239 Wangen

### Frühjahrskurs 2026 in Ravensburg, MBSR-8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Am Mo. 23. Februar um 18:45 Uhr findet ein Informationsabend zum MBSR-Kurs statt.

**Beginn:** 09.03.2026    **Ende:** 04.05.2026

**Uhrzeit:** 18:45 - 21:15 Uhr

#### Adresse

in den Räumlichkeiten Praxis Drs. Welte

Gartenstraße 49

88212 Ravensburg

### Frühjahrskurs 2026 in Wangen, MBSR-8-Wochenkurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Am Di. 24. Februar um 18:30 Uhr findet ein Informationsabend zum MBSR-Kurs statt.

**Beginn:** 10.03.2026    **Ende:** 05.05.2026

**Uhrzeit:** 18.30 - 21.00 Uhr

**Adresse**

in den Räumlichkeiten der Ergotherapiepraxis Strittmatter

Schmiedstraße 8

88239 Wangen