

## Nächste Kurse von Ariane Will

### MBSR-8-Wochen-Kurs wahlweise Vormittag oder Abend

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Ideal für Schichtarbeitende, da parallel noch ein Kurs am Morgen stattfindet. Alle Fragen zu diesem Kurs kläre ich gerne mit Ihnen bei einem persönlichen Vorgespräch. Kontakt unter 07721-25685 oder ariane.will@gmx.de

**Beginn:** 28.10.2026    **Ende:** 16.12.2026

**Uhrzeit:** 18.00-20.30 Uhr

#### Adresse

LEBENSRAUM

Lantwattenstr 4

78050 Villingen-Schwenningen

### MBSR-8-Wochen-Kurs wahlweise Vormittag oder Abend

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Ideal für Schichtarbeitende, da parallel noch ein Kurs am Abend stattfindet. Alle Fragen zu diesem Kurs kläre ich gerne mit Ihnen bei einem persönlichen Vorgespräch. Kontakt unter 07721-25685 oder ariane.will@gmx.de

**Beginn:** 28.10.2026    **Ende:** 16.12.2026

**Uhrzeit:** 10.00-12.30 Uhr

#### Adresse

LEBENSRAUM

Lantwattenstr 4

78050 Villingen-Schwenningen

### Tag der Achtsamkeit (KOPIE)

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Ein paar Stunden Rückzug aus dem Alltag mit achtsamen Übungen, wie Körperwahrnehmung, Meditation und Yoga.

Wenn Sie Informationen dazu möchten kontaktieren Sie mich gerne unter 07721-25685 oder ariane.will@gmx.de

**Beginn:** 05.12.2026    **Ende:** 05.12.2026

**Uhrzeit:** 10.00-16.00 Uhr

#### Adresse

LEBENSRAUM

Lantwattenstr 4

78050 Villingen-Schwenningen

### Achtsame Auszeit am Bodensee

**Kurse mit Übernachtung**

Mit achtsamen Übungen in Ruhe und Bewegung, Impulsen zum Thema Achtsamkeit und Selbstfürsorge, der Ruhe des Sees und der Schönheit der Natur, bringen wir, an diesem Wochenende, gemeinsam Körper, Geist und Seele in Einklang.

**Beginn:** 12.02.2027    **Ende:** 14.02.2027

**Adresse**

Haus Insel Reichenau

Markusstr. 15

78479 Reichenau