

## Nächste Kurse von Esther Mrongowius

### Praxis der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Gemeinsame Übungsabende zum Auffrischen, Wiederaufnehmen der Praxis der Achtsamkeit.

Für weitere Information und Anmeldung nehmen Sie gerne Kontakt mit mir auf. Ich freue mich auf Sie.

[www.embcc.de](http://www.embcc.de) +49 - 173 - 5410 480.

**Beginn:** 30.04.2026

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

### Adresse

Zentrum für Gesundheit & Beratung

Hockenheimer Straße 47

68775 Ketsch

### Praxis der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Gemeinsame Übungsabende zum Auffrischen, Wiederaufnehmen der Praxis der Achtsamkeit.

Für weitere Information und Anmeldung nehmen Sie gerne Kontakt mit mir auf. Ich freue mich auf Sie.

[www.embcc.de](http://www.embcc.de) +49 - 173 - 5410 480.

**Beginn:** 11.06.2026

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

### Adresse

Zentrum für Gesundheit & Beratung

Hockenheimer Straße 47

68775 Ketsch

### Praxis der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Gemeinsame Übungsabende zum Auffrischen, Wiederaufnehmen der Praxis der Achtsamkeit.

Für weitere Information und Anmeldung nehmen Sie gerne Kontakt mit mir auf. Ich freue mich auf Sie.

[www.embcc.de](http://www.embcc.de) +49 - 173 - 5410 480.

**Beginn:** 24.09.2026

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

### Adresse

Zentrum für Gesundheit & Beratung

Hockenheimer Straße 47

68775 Ketsch

### Praxis der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Gemeinsame Übungsabende zum Auffrischen, Wiederaufnehmen der Praxis der Achtsamkeit.  
Für weitere Information und Anmeldung nehmen Sie gerne Kontakt mit mir auf. Ich freue mich auf Sie.  
[www.embcc.de](http://www.embcc.de) +49 - 173 - 5410 480.

**Beginn:** 22.10.2026  
**Uhrzeit:** 18:30 - 20:00 Uhr

**Adresse**

Zentrum für Gesundheit & Beratung  
Hockenheimer Straße 47  
68775 Ketsch

**Mit MBSR in die dunkle Jahreszeit**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Klassisches 8-Wochen MBSR-Training nach Dr. Jon Kabat-Zinn, intensiv in einer Minigruppe (4 max. 6 Teilnehmer).  
Für weitere Information nehmen Sie gerne Kontakt zu mir auf über [www.embcc.de](http://www.embcc.de) oder telefonisch unter 0173- 5 410 480.

**Beginn:** 26.11.2026    **Ende:** 04.02.2027  
**Uhrzeit:** 18:30 - ca. 21:00 Uhr

**Adresse**

Zentrum für Gesundheit & Beratung  
Hockenheimer Straße 47  
68775 Ketsch

**Praxis der Achtsamkeit**

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage  
Gemeinsame Übungsabende zum Auffrischen, Wiederaufnehmen der Praxis der Achtsamkeit.  
Für weitere Information und Anmeldung nehmen Sie gerne Kontakt mit mir auf. Ich freue mich auf Sie.  
[www.embcc.de](http://www.embcc.de) +49 - 173 - 5410 480.

**Beginn:** 10.12.2026  
**Uhrzeit:** 18:30 - 20:00 Uhr

**Adresse**

Zentrum für Gesundheit & Beratung  
Hockenheimer Straße 47  
68775 Ketsch