

## Nächste Kurse von Inga Mayer

### MSC-Mindful Selfcompassion

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Am 28.10. 2026 findet kein Kursabend statt!

**Beginn:** 07.10.2026    **Ende:** 02.12.2026

**Uhrzeit:** 18.30 -21.00 Uhr

### Adresse

Praxis für Ayurvedische Heilkunst

Wurzerstrasse 11

80539 München