

## Nächste Kurse von Sibylle Werminghaus

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Die Uhrzeit für den Achtsamkeitstag wird nach Absprache festgelegt.

**Beginn:** 07.04.2026    **Ende:** 26.05.2026

**Uhrzeit:** 18.30 - 21.00 Uhr

#### Adresse

Naturheilpraxis Bauer

Adenauerplatz 5

41061 Mönchengladbach

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Die Uhrzeit für den Achtsamkeitstag wird nach Absprache festgelegt.

**Beginn:** 08.04.2026    **Ende:** 27.05.2026

**Uhrzeit:** 18.30 - 21.00 Uhr

#### Adresse

Naturheilpraxis Bauer

Adenauerplatz 5

41061 Mönchengladbach