

**Nächste Kurse von Malú Elsholz**

**MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit**  
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 16.04.2026    **Ende:** 25.06.2026

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

**Adresse**

Seminarhaus Werde Rose  
Adebarweg 3  
21394 Westergellersen (bei Lüneburg)