

Nächste Kurse von Siegmund Mönch

MBSR-8-Wochenkurs am Ostbahnhof

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kein Kurs in den Herbstferien. Teilnehmer erhalten ein ausführliches Arbeitsheft und Audiodateien als mp3.

Beginn: 09.10.2024 **Ende:** 04.12.2024

Uhrzeit: 19:00 bis 21:30 Uhr

Adresse

Praxis Mirandolle; Orleanstr. 23

Orleansstr. 23

81667 München

MBSR-Kompaktkurs Sonntags

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Kurs ist ideal für alle, die keine wöchentlichen Termine wahrnehmen können oder von auswärts kommen.

Damit die Wirkung sich entsprechend entfalten kann, finden die Treffen in der Regel alle zwei Wochen statt.

Beginn: 13.10.2024 **Ende:** 01.12.2024

Uhrzeit: 10-12:30 und 14-16:30 Uhr

Adresse

Domagkpark-Yoga

Fritz-Winter-Str. 3

80807 München

MBSR-8-Wochenkurs im Domagkpark

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kein Kurs in den Weihnachtsferien! Teilnehmer erhalten ein ausführliches Arbeitsheft und Audiodateien als mp3.

Beginn: 19.11.2024 **Ende:** 21.01.2025

Uhrzeit: 19:00 bis 21:30 Uhr

Adresse

Domagkpark-Yoga

Fritz-Winter-Str. 3

80807 München

MBCL - Mindfulness-Based Compassionate Living

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Eingeschlossen: umfangreiches Arbeitsheft, Audiodateien als mp3. Kursraum barrierefrei.

Beginn: 28.01.2025 **Ende:** 13.05.2025

Uhrzeit: 18:30 bis 21:00 Uhr

Adresse

Domagkpark-Yoga

Fritz-Winter-Str. 3

80807 München