Nächste Kurse von Siegmar 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.

VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Beginn: 28.01.2025 **Ende:** 13.05.2025
Uhrzeit: 18:30 bis 21:00 Uhr

Adresse
Domagkpark-Yoga
Fritz-Winter-Str. 3
80807 München