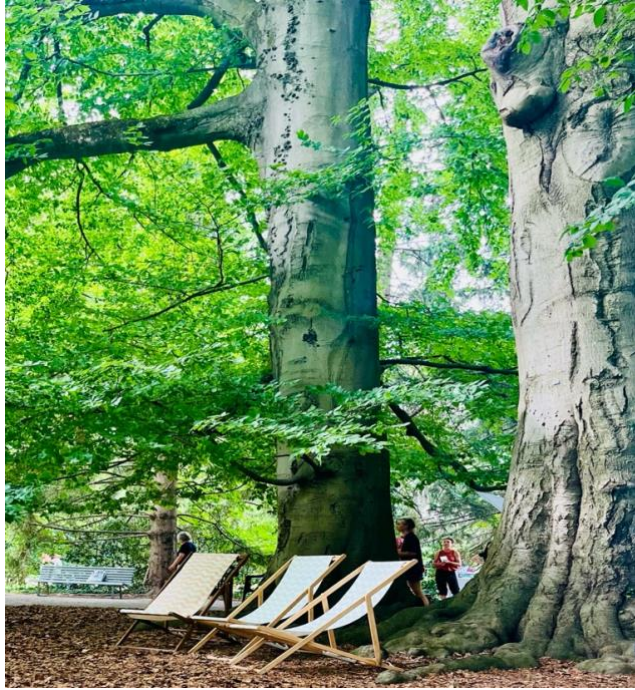




MBSR 8 Wochen Abendkurs Herbst 2026

Ort: Metzggasse 20, 8400 Winterthur

Donnerstagabend 18:00 -20:30

31.8./7.9./14.9.(online) /21.9./28.9./5.10. (online)
12.10./26.10.

Achtsamkeitstag: Samstag 17.10. 10:00-16:00 (Teil des Kurses)

Regelmässiges Üben ist wichtiger Bestandteil des Kurses

Kosten 750.- inkl. Kurs – Unterlagen

Gewisse Krankenkassen zahlen einen Beitrag an den Kurs

Infos und Anmeldung : auf www.sabinapoulsen.ch oder
info@sabinapoulsen.ch