

MBSR

MINDFULNESS BASED STRESS
REDUCTION

UNSERE NÄCHSTEN KURSE

PRÄSENZ

8x Montag 04.08/11.08/18.08/
01.09/08.09/15.09/22.09/29.09.2025
jeweils 15-17:15 Uhr

+ 1 Achtsamkeitstag 20.09.2025
09:00-15:00 Uhr

ONLINE:

8x Mittwoch 06.08/13.08/20.08/
03.09/10.09/17.09/24.09/01.10.2025
jeweils 09-11:00 Uhr

+ 1 Achtsamkeitstag 21.09.2025
09:00-15:00 Uhr

Eine Anmeldung ist nur nach einem
kostenlosen Vorgespräch möglich
-bei Interesse schreiben Sie an:
post@fmp-muenchen.de
oder vereinbaren Sie direkt online
einen Termin.



Rosenheimer Landstr. 107
85521 Ottobrunn
www.fmp-muenchen.de