

# Kurstage für Kurs 261301085 (Meditation zum Kennenlernen)

„Wer meditiert, stärkt seine Resilienz und kann persönliche sowie allgemeine Krisen besser bewältigen.“  
Jeder Termin ist für sich abgeschlossen und soll Teilnehmenden Impuls und Anleitung bieten, diese Übung selbstständig zuhause durchzuführen.

Dieser Kurs wird in Kooperation mit dem Ortenau-Klinikum durchgeführt.

Datum	Uhrzeit	Ort
11.02.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Offenburg St. Josefsklinik Auditorium
04.03.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Offenburg St. Josefsklinik Auditorium
22.04.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Offenburg St. Josefsklinik Auditorium
06.05.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Offenburg St. Josefsklinik Auditorium
24.06.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Offenburg St. Josefsklinik Auditorium
08.07.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Offenburg St. Josefsklinik Auditorium