
Schweigekurse

für Einsteiger und Geübte

Stille zu kultivieren ist wohl eine der größten Herausforderungen an uns selbst und zugleich das tiefste Geschenk.

5 Tage Narren-Retreat

11. bis 15. Februar 2026

5 Tage an Ostern & Pfingsten

07. bis 11. April 2026

21. bis 25. Juni 2026

5 Tage Retreats im SOMMER

08. bis 12. Juli 2026

21. bis 25. August 2026

7 Tage Dunkel-Retreat

31. Oktober bis 06. November 2026

Für Geübte auf MALLORCA

5 Tage Retreats Weihnachten & Neujahr

27. bis 31. Dezember 2026

02. bis 06. Jänner 2026

www.zentrum-mondsee.at

MBSR-KOMPAKT

MINDFULLNESS BASED STRESS REDUCTION

Ist eine wirkungsvolle Möglichkeit zum SELBST-Stressmanagement

6 Tage MBSR-Kompakt Mondsee

17. bis 22. Juli 2026

8 Tage MBSR-Kompakt Mallorca

08. bis 15. Mai 2026

11. bis 18. September 2026

Atemwoche auf Mallorca

DEEP-DIVE

Dem Atem Raum geben und die Leichtigkeit des SEINS erfahren

03. bis 10. Oktober 2026

SommerWorkshop

Körperseele in Bewegung

Bewusstseins-Workshops Mondsee

13. bis 16. August 2026

www.zentrum-mondsee.at

ZENtrum Mondsee

Termine 2026

Schule für Meditation
Achtsamkeit - Bewusstsein - MBSR



Schlosshof 5 A- 5310 Mondsee

www.zentrum-mondsee.at