



BEWUSSTGESUND

Kursdaten Sophro-Achtsamkeit 2026 - 2027

Datum	Kurszeiten	Referent/in	Lektionen	Unterrichtsform	Kursort
24./25.10.26	09:00 – 17:30	Christiane	15 Std	Präsenz 1	BewusstGesund, Thun
06.11.26	14:00 – 17:00	Christiane	3 Std	Theorie 1	Online
20.11.26	13:30 – 17:30	Katrin oder Roland	4 Std	Integration1	Online
04.12.26	14:00 – 17:00	Christiane	3 Std	Theorie 2	Online
16./17.01.27	09:00 – 17:30	Franziska, Christiane	15 Std	Präsenz 2	BewusstGesund, Thun
29.01.27	14:00 – 17:00	Christiane	3 Std	Theorie 3	Online
12.02.27	13:30 – 17:30	Katrin oder Roland	4 Srd	Integration 2	Online
26.02.27	14:00 – 17:00	Christiane	3 Std	Theorie 4	Online
13./14.03.27	09:00 – 17:30	Franziska, Christiane	15 Std	Präsenz 3	BewusstGesund, Thun
02.04.27	13:30 – 17:30	Katrin oder Roland	4 Std	Integration 3	Online
16.04.27	14:00 – 17:00	Christiane	3 Std	Theorie 5	Online
30.04.27	14:00 – 17:00	Christiane	3 Std	Theorie 6	Online
22./23.05.27	09:00 - 17:30	Christiane, Roland, Katrin	15 Std	Präsenz 4	BewusstGesund, Thun