

| Opstarts-<br>måned | 3 ugers<br>grundkursus<br>Pris:<br>Early Bird:<br>1500.-<br>Last minute:<br>1800.- | 8 ugers<br>MBCT/MBSR<br>Pris:<br>Early Bird:<br>3900.-<br>Last minute:<br>4200.- | 5 ugers<br>"fortsætter"<br>Pris:<br>Early Bird:<br>2200.-<br>Last minute:<br>2500.- | Early Bird pris<br>(Tilmelding og<br>betaling<br>senest/dato) | Kursus-<br>uge nr. |
|--------------------|--|--|---|---|--------------------|
| August             | <b>Hold 1</b><br>Tirsdag 21/8  |  |   | Mandag 6/8  | 34                 |
|                    | Mandag 27/8  |  |   |   | 35                 |
|                    | Tirsdag 4/9  |  |   |   | 36                 |
| September          |  | <b>Hold1</b><br>Tirsdag 18/9   |   | Mandag 3/9  | 38                 |
|                    | <b>Hold 2</b><br>Mandag 24/9   | Tirsdag 25/9   |   | Mandag 10/9   | 39                 |
| Oktober            | Mandag 1/10  | Tirsdag 2/10   |   |   | 40                 |
|                    | Mandag 8/10  | Tirsdag 9/10   |   |   | 41                 |
| Efterårsfe-<br>rie | Efterårsferie  | Efterårsferie  | Efterårsferie   | Efterårsferie   | 42                 |
|                    | <b>Hold 3</b><br>Mandag 22/10  | Tirsdag 23/10  |   | Mandag 8/11   | 43                 |
|                    | Mandag 29/10   | Lørdag 27/10<br>Kl. 10-16  |   |   | 43                 |
|                    |  | Tirsdag 30/10  |   |   | 44                 |
| November           | Mandag 5/11  | Tirsdag 6/11   |   |   | 45                 |
|                    |  | Tirsdag 13/11  |   | Mandag 29/10  | 46                 |
|                    | <b>Hold 4</b><br>Tirsdag 20/11   |  |   | Tirsdag 6/11  | 47                 |
|                    | Tirsdag 27/11  |  |   |   | 48                 |
|                    | Tirsdag 4/12   |  |   |   | 49                 |
|                    |  |  |   |   | 50                 |
| Januar<br>2013     | <b>Hold 5</b><br>Tirsdag 8/1   |  |   | 21/12 (3 uger)  | 2                  |
|                    | Tirsdag 16/1   |  | Mandag<br>14/01   | 1/1 (8 uger)  | 3                  |
|                    | Tirsdag 23/1   |  | Mandag<br>21/01   |   | 4                  |
|                    |  |  | Mandag<br>28/01   |   | 5                  |
| Februar            |  |  | Mandag<br>04/02   |   | 6                  |
|                    | <b>Hold 6</b><br>Tirsdag 19/2  |  | Mandag<br>18/02   | Tirsdag 5/2   | 8                  |

| Opstarts-<br>måned | 3 ugers<br>grundkursus<br>Pris:<br>Early Bird:<br>1500.-<br>Last minute:<br>1800.- | 8 ugers (privat)<br>MBCT/MBSR<br>Pris:<br>Early Bird:<br>3900.-<br>Last minute:<br>4200.- | 5 ugers<br>"fortsætter"<br>Pris:<br>Early Bird:<br>2200.-<br>Last minute:<br>2500.- | Early Bird pris<br>(Tilmelding og<br>betaling<br>senest/dato) | Kursus-<br>uge nr. |
|--------------------|--|---|---|---|--------------------|
| Februar<br>fortsat | Tirsdag 26/2   |   |   |   | 8/9                |
|                    |  |   |   |   |                    |
| Marts              | Tirsdag 5/3  |   |   |   | 10                 |
|                    |  |   |   |   | 11                 |
|                    |  | <b>Hold 2</b><br>Tirsdag 12/03  |   | Tirsdag 26/2  | 11                 |
|                    |  | Tirsdag 19/03   |   |   | 12                 |
|                    |  |   |   |   |                    |
| April              |  | Tirsdag 02/04   |   |   | 13                 |
|                    | <b>Hold 7</b><br>Mandag 8/4  | Tirsdag 09/04   |   | Mandag 25/3   | 14                 |
|                    | Mandag 15/4  | Tirsdag 16/04   |   |   | 15                 |
|                    | Mandag 22/4  | Lørdag 20/04<br>Kl. 10-16   |   |   | 16                 |
|                    |  | Tirsdag 23/04   |   |   | 17                 |
|                    |  | Tirsdag 30/04   |   |   | 18                 |
|                    |  |   |   |   |                    |
| Maj                | <b>Hold 8</b><br>Mandag 6/5  | Tirsdag 07/05   |   | Mandag 22/4   | 19                 |
|                    | Mandag 13/5  |   |   |   | 20                 |
|                    | Tirsdag 21/5   |   |   |   | 21                 |
|                    |  |   |   |   |                    |
| Juni               |  |   | Hold 2<br>Mandag<br>27/5  | Mandag 13/5   | 22                 |
|                    |  |   | Mandag<br>03/6  |   | 23                 |
|                    |  |   | Mandag<br>10/6  |   | 24                 |
|                    |  |   | Mandag<br>17/6  |   | 25                 |
|                    |  |   | Mandag<br>24/6  |   | 26                 |

Undervisningstider mandage og tirsdage: 19.15 – 22.00. Mødetid ml. 19.00-19.10. Pauser 20.30-20.45 **Tilmelding** sker ved at sende mail med **startdato-angivelse samt kursustype**, (bindende tilmelding) på [info@mindfulnesscenteret.dk](mailto:info@mindfulnesscenteret.dk)

"5 ugers fortsætter kurser" er for øvede med enten 8 ugers eller 3 ugers kurser gennemført. Alle priser er for privatpersoner. Fradragsberettigede tillægges moms. Er der private forhold der gør, at du har brug for at betale mindre (studerende, arbejdsløs, sygemeldt, pensionist etc.) så kontakt mig gerne for en dialog om evt. nedsat pris eller afdragsordning.

Allan Ulrich Thomsen 2216 6565