



ZAPCHEN SOMATICS

Ressourcenorientierte Achtsamkeits- und Körperübungen für die klinische Praxis

DR. BERNHARD HAMMER, DIPL.-PSYCH. CORNELIA HAMMER

ZEITPLAN VOM 03.05. – 08.05.2026

Anreise am Sonntag, 03.05.2026

1. Tag | Sonntag, 03.05.2026

17:00 – 18:30 Uhr	Seminar mit 2 UE
19:00 Uhr	Abendessen

2. Tag | Montag, 04.05.2026

8:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 & 11:00 – 12:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
13:00 Uhr	Mittagessen
15:00 – 16:30 & 17:00 – 18:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
19:00 Uhr	Abendessen

3. Tag | Dienstag, 05.05.2026

8:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 & 11:00 – 12:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
13:00 Uhr	Mittagessen
15:00 – 16:30 & 17:00 – 18:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
19:00 Uhr	Abendessen

4. Tag | Mittwoch, 06.05.2026

8:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 & 11:00 – 12:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
13:00 Uhr	Mittagessen
	Nachmittag zur freien Verfügung
19:00 Uhr	Abendessen Nach dem Abendessen 2 UE Gruppentreffen

5. Tag | Donnerstag, 07.05.2026

8:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 & 11:00 – 12:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
13:00 Uhr	Mittagessen
15:00 – 16:30 & 17:00 – 18:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
19:00 Uhr	Abendessen

6. Tag | Freitag, 08.05.2026

8:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 & 11:00 – 12:30 Uhr	Seminar mit 4 UE (inkl. Kaffeepause)
13:00 Uhr	Mittagessen

Abreise am Freitag, 08.05.2026 nach dem Seminarende und Mittagessen