


Tag	Montag	Montag Donnerstag	Dienstag	Dienstag	Dienstag
Kontakt	Sebastian Keller Akademie Blickwinkel 089 / 6515502 info@akademie-blickwinkel.de www.akademie-blickwinkel.de	Petra Porath 08821 / 6108 680 porath@mediation-gap.de www.mediation-gap.de www.petraporath-gap.de	Barbara Renner-Wiest 089 / 8290 8677 76 barbara@renner-wiest.de www.renner-wiest.de	Dorothee Blaeß 08024 / 477 546 info@dorothee-blaess.de www.dorothee-blaess.de	Renate Otterbein 08031 / 2908 107 info@ro-coach.de www.ro-coach.de
Online? Ort	Akademie Blickwinkel Neumarkter Str. 86 81673 München	Online	Pasinger Fabrik August-Exter-Straße 1 rechter Eingang (Familienbildungsstätte) 2. Stock, 2. Tür li.	Domicilium Holzkirchener Straße 3 83629 Weyarn	Freie Waldorfschule Rosenheim Mangfallstr. 53 1. Stock 83026 Rosenheim
Anfahrt öffentlich?	S-Bahn S2, S4, S6 / Berg-am-Laim Tram 21 / Baumkirchner Str. Bus 187, 190, 191 /Baumkirch. Pl.		S-Bahn nach Pasing. Ausgang Nord "Pasinger Fabrik", nach 20 m links	30. Min. Fußweg ab BOB Darching auf der Straße	Bahnhof Rosenheim + ca. 15 Min. Fußweg oder Buslinie 4 oder 11
Anmeldung	Bitte über die Webseite anmelden (Max. 6 Teilnehmer)	Über die Webseite bis zwei Tage vorher anmelden	Neue Teilnehmer bitte anrufen	Anmeldung nicht erforderlich	Anmeldung per Telefon oder Email
Wie oft?	Zyklus mit je 6 Terminen	Zwei- bis viermal monatlich	Bitte auf die Unregelmäßigkeit der Termine achten	Einmal monatlich	Ca. alle 3 Wochen
Uhrzeit	18.30 - 21.00	19.00 - 21.00	19.30 - 21.30	19.30 - 21.00	19.30 - 21.30
Beitrag	190 € (Privatpersonen) 173 € (Frühbucher privat) 266 € (Firmenkunden)	16 - 22 € (Selbsteinschätzung)	25 €	Freiwillige Spende	80 € im Halbjahr oder 15 € pro Abend
		2.7. Donnerstag 13.7. Montag	21.7.		21.7.
		Weitere Termine siehe Bemerkung	4.8.		
	21.9.		29.9.		15.9.
	5.10. 26.10.		13.10. 27.10.		6.10. 27.10.
	9.11. 23.11.		10.11. 24.11.		17.11.
	14.12.		8.12. 22.12.		8.12. 18.12.
Bemerkung	Die Termine sind jeweils nur als Paket buchbar. Voraussetzung ist die Teilnahme an einem GFK-Einführungsseminar.	Für alle, die bereits ein Einführungs-seminar in die GFK besucht haben. Auch NeuinteressentInnen sind herzlich willkommen. Hier bietet der Übungsabend einen Einblick in das wohlwollende Miteinander und macht ggf. Lust auf mehr. Mit Dyaden-Anteil. Termine: https://petraporath-gap.de/kalender/		Die Termine: www.meditationshaus-domicilium.de/ offene_Uebungsgruppe_in_gewaltfreier_K ommunikation.html	Voraussetzung: Einführungsseminar oder Grundkenntnisse der GFK Ermäßigung: 60 Euro im Halbjahr oder 10 Euro pro Abend

Herzlich willkommen zu den Übungsgruppen für GFK in München und Umgebung / Für Einsteiger mit Vorkenntnissen - schnuppern möglich

Stand: 23.06.2026

Dienstag	Dienstag	Dienstag	Donnerstag	Dienstag
<p>Marion Nebbe 089 / 3798 5355 0151 5488 1870 marion.nebbe@web.de www.marion-nebbe.de</p>	<p>Karen Pajung 08131 / 97188 karen.pajung@mnet-online.de</p>	<p>Heidi Hinrichsen Akademie Achtsame Kommunikation 0176 6322 3343 heidi@beziehungsreise-mit-herz.de www.beziehungsreise-mit-herz.de</p>	<p>Christian Hinrichsen Akademie Achtsame Kommunikation 0176 4443 4014 kontakt@akademieachtsamekommunikation.de www.AkademieAchtsameKommunikation.de</p>	<p>Luise Katzmann 089 / 483 178 luikatz@posteo.de</p>
<p>ASZ-Ost Siegesstr. 31 München / Schwabing</p>	<p>Dachauer Forum e.V. Ludwig-Ganghofer-Str. 4 85221 Dachau 2. Stock</p>	<p>Online per Zoom und Teams</p>		<p>Goethestr. 14 85521 Ottobrunn</p>
<p>U3/U6 Münchner Freiheit</p>	<p>S2 Dachau, dann 10 Min. zu Fuß, Seitenstraße der Münchner Str. (Volksbank)</p>			<p>U5 Neuperlach Süd, dann ca. 10 Minuten mit Bus 212/229 bis Lenbachallee oder S7 bis Ottobrunn + 15 Minuten zu Fuß</p>
<p>Bitte telefonisch anmelden</p>	<p>Bitte anmelden</p>	<p>Anmeldung per Telefon oder Email (Emailverteiler)</p>		<p>Bitte per Email anmelden</p>
<p>Zweimal monatlich</p>	<p>Block mit 7 Terminen 14-tägig</p>	<p>Zweimal monatlich</p>		<p>Einmal monatlich</p>
<p>19.00 - 21.00</p>	<p>19.00 - 21.00</p>	<p>20.00 - 22.00</p>	<p>19.00 - 21.00</p>	<p>18.00 - 20.00</p>
<p>10 €</p>	<p>70 € (für 7 Abende)</p>	<p>10 bis 50 € (Selbsteinschätzung) 30 bis 150 € für 5 Abende</p>		<p>Freiwillig</p>
<p>7.7. 21.7.</p>		<p>14.7.</p>	<p>30.7.</p>	<p>7.7.</p>
				<p>4.8.</p>
<p>8.9. 22.9.</p>		<p>15.9.</p>	<p>17.9.</p>	<p>15.9.</p>
<p>6.10. 20.10.</p>		<p>6.10.</p>	<p>22.10.</p>	<p>6.10.</p>
<p>10.11. 24.11.</p>		<p>4.11. Mittwoch</p>	<p>26.11.</p>	<p>10.11.</p>
<p>8.12. 22.12.</p>		<p>1.12.</p>	<p>17.12.</p>	<p>8.12.</p>
	<p>Eine ÜG mit Impulsen, Inputs zur Vertiefung und anschließender praktischer Umsetzung anhand konkreter Anliegen. Vertrautheit mit den GFK- Grundlagen, sowie die Absicht an 5 Abenden teilzunehmen, erwünscht.</p>	<p>Die Übungsgruppe ist zum üben der bereits gelernten Achtsamen Kommunikation / GFK gedacht. Bei erstmaliger Teilnahme an einer Übungsgruppe bei Akademie Achtsame Kommunikation bitten wir Dich um ein Erstgespräch: Christian 0176 4443 4014 oder Heidi 0176 6322 3343</p>		<p>Offene Übungsgruppe für Menschen, die bereits an Einführungskursen teilgenommen haben und/oder ihre Kenntnisse vertiefen wollen.</p>

Dienstag	Dienstag	Mittwoch	Mittwoch	Mittwoch
<p>Farina Simbeck 01512 / 3276 907 farina@institutfuerlebensfreude.de www.institutfuerlebensfreude.de</p>	<p>Andrea Günthör-Schumann a.g-schumann@gmx.de 0152 5579 1161</p>	<p>Dr. Jana Stiglbauer 0156788344 info@inverbindungmit.de www.inverbindungmit.de</p>	<p>Alexio Schulze-Castro 089 / 4545 4700 info@deep-communication.de www.deep-communication.de</p>	<p>Sadhi Vornberger 0152 5195 4060 sadhi@sadhivornberger.de</p>
<p>ASZ Berg-am-Laim Berg-am-Laim-Str. 141 81673 München</p>	<p>Am Klosterweiher 9 83671 Benediktbeuern</p>	<p>Online</p>	<p>SHZ-Selbsthilfzentrum München Westendstrasse 68 / 2. Stock 80339 München</p>	<p>Online Zusendung des Zoom-Links nach Anmeldung</p>
<p>Baumkirchnerstr. (Tram 19 ab Ost-Bhf) oder Josephsburg (U2)</p>	<p>Bahnhof Benediktbeuern</p>		<p>S-Bahn: Donnerberger Brücke +15 Min U4/5: Schwanthalerhöhe +8 Min Tram 18/19: Schenkstraße +4 Min</p>	
<p>Bitte per Email anmelden</p>	<p>Bitte anmelden</p>	<p>Anmeldung per Telefon oder Email (Max. 10 Teilnehmer)</p>	<p>Bitte per Email anmelden</p>	<p>Bitte per Email anmelden</p>
<p>Ca. 14-tägig</p>	<p>Jeden dritten Dienstag im Monat Zyklus mit je 6 Terminen</p>		<p>Jeden zweiten Mittwoch im Monat</p>	<p>Jeden zweiten Mittwoch im Monat</p>
<p>18.30 - 20.30</p>	<p>19.00 - 21.00</p>	<p>19.15 - 21.00</p>	<p>20.00 - 22.00</p>	<p>20.00 - 22.00</p>
<p>15 - 35 € (Selbsteinschätzung)</p>	<p>10 - 20 €</p>	<p>15 €</p>	<p>10 - 20 € (n. Selbsteinschätzung)</p>	<p>50 bis 90 € nach Selbsteinschätzung pro Block (3 Termine) Zahlungsinformationen (Paypal oder Überweisung) folgen bei Anmeldung Blöcke jeweils Oktober bis Dezember, Januar bis März, April bis Juni, Juli bis September</p>
<p>7.7. 21.7.</p>		<p>6.7.</p>	<p>8.7.</p>	
		<p>3.8.</p>		
<p>15.9. / 22.9. 29.9.</p>		<p>14.9.</p>	<p>9.9.</p>	
<p>13.10. 20.10.</p>		<p>5.10.</p>	<p>14.10.</p>	
<p>10.11.</p>		<p>9.11.</p>	<p>11.11.</p>	
<p>15.12. 22.12.</p>		<p>7.12.</p>	<p>9.12.</p>	
		<p>Schwerpunkt: „Alltag mit Kindern“ Alle Eltern, Großeltern, Pädagogen und Personen, die mit Kindern zu tun haben, sind herzlich eingeladen. Vorkenntnisse sind hilfreich, jedoch nicht Voraussetzung.</p>	 <p>SHZ-Selbsthilfzentrum Wichtig - Türöffner betätigen</p>	

Herzlich willkommen zu den Übungsgruppen für GFK in München und Umgebung / Für Einsteiger mit Vorkenntnissen - schnuppern möglich

Stand: 23.06.2026

Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag	Donnerstag	Donnerstag
Ines von Blanckenburg 08092 / 255 7830 ines@vonblanckenburg.de	Linda Graf 0174 3794 402 info@lindagraf.de www.lindagraf.de www.facebook.com/lindagraf.gfk.coach	Linda Graf 0174 3794 402 info@lindagraf.de www.lindagraf.de www.facebook.com/lindagraf.gfk.coach	Elisabeth Sachers 089 / 395443 +49 1520 4424 987 elisabeth@sachers-training.de www.sachers-training.de	Claudia Mährlein 0171 5322 088 info@claudia-maehrlein.de www.claudia-maehrlein.de
Familien- und Bürgerzentrum Grafing, Münchener Str. 12, 85567 Grafing (Eingang über den Hof)	ASZ Thalkirchen Emil-Geis-Straße 35 81379 München	Online per Zoom	Online per Zoom	Gartensalon Türkenstr. 90 / Amalienpassage 80799 München
	U3 Thalkirchen, dann noch 5 Min. zu Fuß.			U3/U6 Universität
Bitte bis Montag vorher anmelden (Telefon oder Email)	Bitte per Email anmelden	Bitte per Email anmelden	Geschlossene Übungsgruppe Anmeldung erforderlich (6 bis 9 Teilnehmer)	Bitte anmelden, gerne auch kurzfristig
Jeden zweiten Mittwoch im Monat	Jeden vierten Donnerstag im Monat	Jeden zweiten Donnerstag im Monat	Zyklus mit je 5 Terminen	Einmal monatlich
19.30 - 21.00	19.00 - 21.00	19.00 - 21.00	19.15 - 21.00	18.00 - 20.00
15 - 20 € (Selbsteinschätzung)	Spendenbasis	Spendenbasis	70 € (für den Zyklus)	25 €
8.7.	23.7.	9.7.		9.7.
12.8.	27.8.	13.8.		
9.9.	24.9.	10.9.		3.9.
14.10.	22.10.	8.10.		8.10.
11.11.	26.11.	12.11.		5.11.
9.12.	???	10.12.		3.12.
Vorkenntnisse: der Besuch eines GFK Einführungseminars oder die Lektüre eines Buches, z.B. Marshall B. Rosenberg: „Gewaltfreie Kommunikation – eine Sprache des Lebens“ ist hilfreich.	Der Abend findet auf Spendenbasis statt. Damit jede:r, die Möglichkeit hat zu üben. Anmeldung unter info@lindagraf.de oder +49 174 3794402.	Der Abend findet auf Spendenbasis statt. Damit jede:r, die Möglichkeit hat zu üben. Anmeldung unter info@lindagraf.de oder +49 174 3794402.	Voraussetzung ist ein 2-tägiges Einführungseminar und die verbindliche Anmeldung zu allen 5 Terminen Jeder Zyklus ist eine in sich geschlossene Übungsgruppe über jeweils mehrere zusammenhängende Abende	Zu den Präsenz-Übungsabenden biete ich regelmäßig online-Übungsabende an. Alle Termine stehen immer aktuell auf meiner Webseite: www.claudia-maehrlein.de

Herzlich willkommen zu den Übungsgruppen für GFK in München und Umgebung / Für Einsteiger mit Vorkenntnissen - schnuppern möglich

Stand: 23.06.2026

Donnerstag / Freitag	Samstag	Sonntag
<p>Farina Simbeck 01512 / 3276 907 farina@institutfuerlebensfreude.de www.institutfuerlebensfreude.de</p>	<p>Karin Poestges 08105 / 22234 ibriali86@gmail.com www.gfk-seminare-gilching.de</p>	<p>Marion Nebbe 089 / 3798 5355 0151 5488 1870 marion.nebbe@web.de www.marion-nebbe.de</p>
<p>Online per Zoom (Link nach Anmeldung)</p>	<p>Evt. online Am Steinberg 36 82205 Gilching</p>	<p>Evt. online Münchner Frauenforum Rumfordstrasse 25 80469 München</p>
	<p>S8 bis Bhf Gilching-Argelsried, 10 Minuten Fußweg</p>	<p>Trambahn 16/18: Haltestelle Reichenbachplatz</p>
<p>Anmeldung: www.ebw-muenchen.de</p>	<p>Bitte anmelden, gerne auch kurzfristig</p>	<p>Anmeldung erforderlich 089 / 2155 8369 kontakt@gewaltfrei-muenchen.de</p>
<p>Einmal monatlich</p>	<p>Einmal monatlich</p>	<p>Jeden letzten Sonntag in ungeraden Monaten</p>
<p>10.00 - 12.00</p>	<p>15.30 - 18.00</p>	<p>18.00 - 20.00</p>
<p>10 €</p>	<p>Kostenfrei (Spenden willkommen)</p>	<p>Kostenfrei</p>
<p>10.7.</p>	<p>18.7.</p>	<p>26.7.</p>
	<p>15.8.</p>	
<p>25.9.</p>	<p>26.9.</p>	<p>27.9.</p>
<p>9.10.</p>	<p>10.10.</p>	
<p>20.11.</p>	<p>14.11.</p>	<p>29.11.</p>
<p>18.12.</p>	<p>12.12.</p>	
<p>Voraussetzung: mindestens ein Einführungsseminar</p>	<p>Wir üben mit konkreten Themen, GFK-Übungsspielen und Empathie-Runden. Willkommen sind auch Menschen, die einfach mal ausprobieren wollen, wie es sich anfühlt.</p>	<p>Möchten Sie sich über die Gewaltfreie Kommunikation und verschiedene Angebote in München informieren oder sich mit gleich Gesinnten austauschen? Unser Offener GFK-Treff bietet Ihnen hierzu die Gelegenheit. Ein Trainer/eine Trainerin aus dem Münchner Netzwerk gestaltet den kostenfreien Abend, zu dem Sie ohne Anmeldung herzlich willkommen sind!</p>