

## Nächste Kurse von Thorsten Friese

### Informations-Abend zum MBSR-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Anmeldung bitte über die Webseite:

<https://achtsamkeit-im-leben.berlin>

**Beginn:** 27.01.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

### Adresse

Grandt-Entwicklung

Helene-Weigel-Platz 6

12681 Berlin

### MBSR-Kurs 1/26

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Alle weiteren Informationen und Anmeldung hier:

<https://achtsamkeit-im-leben.berlin>

**Beginn:** 17.02.2026    **Ende:** 07.04.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

### Adresse

Grandt-Entwicklung

Helene-Weigel-Platz 6

12681 Berlin

### Tag der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Informationen und Anmeldung bitte über die Webseite:

<https://achtsamkeit-im-leben.berlin>

**Beginn:** 28.03.2026

**Uhrzeit:** 10:00 Uhr

### Adresse

Grandt-Entwicklung

Helene-Weigel-Platz 6

12681 Berlin

### Informations-Abend zum MBSR-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Anmeldung bitte über die Webseite:

<https://achtsamkeit-im-leben.berlin>

**Beginn:** 15.09.2026  
**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

Grandt-Entwicklung  
Helene-Weigel-Platz 6  
12681 Berlin

**MBSR-Kurs 2/26**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Alle Informationen und Anmeldung hier:

<https://achtsamkeit-im-leben.berlin>

**Beginn:** 06.10.2026    **Ende:** 01.12.2026  
**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

Grandt-Entwicklung  
Helene-Weigel-Platz 6  
12681 Berlin

**Tag der Achtsamkeit**

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Informationen und Anmeldung bitte über die Webseite:

<https://achtsamkeit-im-leben.berlin>

**Beginn:** 21.11.2026  
**Uhrzeit:** 10:00 Uhr

**Adresse**

Grandt-Entwicklung  
Helene-Weigel-Platz 6  
12681 Berlin