

## Nächste Kurse von Kathrin Skoupil

### MBSR-Achtsamkeitstraining, 8-Wochen-Kurs Winter 2026

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kostenfreier und unverbindlicher Infoabend am 27.01.2026, 19:00 Uhr, Ort: Yoga Zentrum Darmstadt, Heinrichstr. 117, 64283 Darmstadt; In den Ferien findet kein Kurs statt. Teilnahme bitte nur mit Anmeldung per E-Mail: [info@mbsr-darmstadt.de](mailto:info@mbsr-darmstadt.de)

**Beginn:** 10.02.2026    **Ende:** 14.04.2026

**Uhrzeit:** 18:30-21:00/21:30 Uhr

#### Adresse

Yoga Zentrum Darmstadt

Heinrichstraße 117

64283 Darmstadt