

Nächste Kurse von Brigitte Gerber

MBSR - Kurs: Stress bewältigen mit Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kosten 445.-€ (inkl. MwSt.)

Der Kurs ist zertifiziert, bitte Zuschuss bzw. Erstattung bei der jeweiligen Krankenkasse erfragen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

kontakt@brigittegerber.de oder phon: 030-85103599

www.brigittegerber.de

Beginn: 14.01.2026 **Ende:** 04.03.2026

Uhrzeit: 19 - 21.30 Uhr

Adresse

Stille Mitte

Wartburgstraße 52

10823 Berlin

MBSR online - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kosten 420.-€ (inkl. MwSt.)

Der Kurs ist zertifiziert, bitte Zuschuss bzw. Erstattung bei der jeweiligen Krankenkasse erfragen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

kontakt@brigittegerber.de oder phon: 030-85103599

www.brigittegerber.de

Beginn: 20.01.2026 **Ende:** 10.03.2026

Uhrzeit: 18.30 - 21 Uhr

Adresse

online per zoom

Achtsamkeitstag

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Der Achtsamkeitstag vermittelt verschiedene Meditationen, Übungen und Inhalte aus dem MBSR-Programm und ist somit eine Möglichkeit, die Arbeit mit MBSR kennen zu lernen.

Für jede/n geeignet zur Orientierung oder als Auszeit, innezuhalten und tiefer mit sich selbst in Kontakt zu kommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kosten: 99.-€

(Ermäßigung für Geringverdienende ist möglich)

Beginn: 25.01.2026 **Ende:** 25.01.2026

Uhrzeit: 10 - 16 Uhr

Adresse

Raum für spirituelle Wege
Goßlerstraße 30
12161 Berlin

Auszeit für Körper, Geist und Seele: Achtsamkeit/MBSR - Herz-Yoga

Kurse mit Übernachtung

MBSR kennenlernen - In der Natur im farbenfrohen Herbst sich auf den Weg machen in die Natur des eigenen Seins - eine Gelegenheit, das eigene Leben zu reflektieren und tiefer zu berühren mit Achtsamkeit, Herzyoga und Annäherungen an Möglichkeiten, den eigenen Körper, Gesundheit und Wohlbefinden mit verschiedenen Übungen und Inspirationen neu zu erfahren und zu unterstützen.

Für mehr Informationen:

<https://brigittegerber.de/mit-mir-arbeiten/auszeit-koerper-geist-seele>

Beginn: 12.02.2026 **Ende:** 15.02.2026

Adresse

Rosenwaldhof
Bergstraße 2
14550 Groß-Kreutz

MBSR - Kurs: Stress bewältigen mit Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kosten 445.-€ (inkl. MwSt.)

Der Kurs ist zertifiziert, bitte Zuschuss bzw. Erstattung bei der jeweiligen Krankenkasse erfragen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

kontakt@brigittegerber.de oder phon: 030-85103599

www.brigittegerber.de

Beginn: 19.02.2026 **Ende:** 16.04.2026

Uhrzeit: 16.30 - 19 Uhr

Adresse

Raum für spirituelle Wege
Goßlerstraße 30
12161 Berlin

Achtsamkeitstag

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Der Achtsamkeitstag vermittelt verschiedene Meditationen, Übungen und Inhalte aus dem MBSR-Programm und ist somit eine Möglichkeit, die Arbeit mit MBSR kennen zu lernen.

Für jede/n geeignet zur Orientierung oder als Auszeit, innezuhalten und tiefer mit sich selbst in Kontakt zu kommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kosten: 99.-€

(Ermäßigung für Geringverdienende ist möglich)

Beginn: 22.02.2026 **Ende:** 22.02.2026

Uhrzeit: 10 - 16 Uhr

Adresse

Raum für spirituelle Wege
Goßlerstraße 30
12161 Berlin

MBSR - Kurs: Stress bewältigen mit Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kosten 445.-€ (inkl. MwSt.)

Der Kurs ist zertifiziert, bitte Zuschuss bzw. Erstattung bei der jeweiligen Krankenkasse erfragen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

kontakt@brigittegerber.de oder phon: 030-85103599

www.brigittegerber.de

Beginn: 23.04.2026 **Ende:** 18.06.2026

Uhrzeit: 16.30 - 19 Uhr

Adresse

Raum für spirituelle Wege
Goßlerstraße 30
12161 Berlin

Seminar Auszeit für Körper, Geist und Seele

Kurse mit Übernachtung

MBSR kennenlernen - In der Natur im Herbst sich auf den Weg machen in die Natur des eigenen Seins - eine Gelegenheit, das eigene Leben zu reflektieren und tiefer zu berühren mit Achtsamkeit, Herzyoga und Annäherungen an Möglichkeiten, den eigenen Körper mit verschiedenen Übungen und Reflektionen neu zu erfahren und zu unterstützen.

Für mehr Informationen:

<https://brigittegerber.de/mit-mir-arbeiten/auszeit-koerper-geist-seele>

Beginn: 17.09.2026 **Ende:** 20.09.2026

Adresse

Rosenwaldhof
Bergstraße 2
14550 Groß-Kreutz