

## Nächste Kurse von Anna Jörg

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Alle Infos und Anmeldung unter:

<https://achtsam4life.de>

**Beginn:** 02.10.2026    **Ende:** 04.12.2026

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

### Adresse

Online via Zoom