

## Nächste Kurse von Anja Nothelfer

### MBSR-Kurs, abends

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Achtwöchiges Achtsamkeitstraining nach Jon Kabat-Zinn  
(Keine Kurstermine in den Herbstferien)

**Beginn:** 10.02.2026    **Ende:** 31.03.2026

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

#### Adresse

Achtsamkeitspraxis Berlin

Hessische Str. 12

10115 Berlin

### MBSR-Kurs, abends

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Achtwöchiges Achtsamkeitstraining nach Jon Kabat-Zinn  
(Keine Kurstermine in den Herbstferien)

**Beginn:** 14.04.2026    **Ende:** 09.06.2026

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

#### Adresse

Achtsamkeitspraxis Berlin

Hessische Str. 12

10115 Berlin

### MBSR-Kurs, abends

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Achtwöchiges Achtsamkeitstraining nach Jon Kabat-Zinn  
(Keine Kurstermine in den Herbstferien)

**Beginn:** 03.11.2026    **Ende:** 22.12.2026

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

#### Adresse

Achtsamkeitspraxis Berlin

Hessische Str. 12

10115 Berlin