

Nächste Kurse von Julia Kern

Info-Workshop MBSR • Stressreduktion durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

In diesem Schnupper-Workshop hast du Gelegenheit, mehr über MBSR zu erfahren: Wie kann Achtsamkeit bei Stress helfen? Wie läuft ein Kurs ab? Welche Übungen werden angeboten? Die Teilnahme ist kostenlos. Plätze sind begrenzt, deshalb bitte unter www.juliakern.net/kontakt/ anmelden.

Beginn: 04.07.2026 **Ende:** 04.07.2026

Uhrzeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Adresse

Familiencafé Rubens

Rubensstr. 84

12157 Berlin

MBSR-8-Wochen-Kurs • Mittwochabend in Berlin-Lichterfelde

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Beginn: 26.08.2026 **Ende:** 14.10.2026

Uhrzeit: 18:30 - 21:00 Uhr

Adresse

Lichterfelde, Heilpraktikerpraxis Moltkestr. 46

Moltkestr. 46

12203 Berlin