

## Nächste Kurse von Barbara Dietz-Waschkowski

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Der Kurs findet am 31. März und 7. April nicht statt

**Beginn:** 24.02.2026    **Ende:** 28.04.2026

**Uhrzeit:** 9.30 - 12.00 Uhr

#### Adresse

Breathe-Studio

Kirchstraße 30  
79100 Freiburg

### Tag der Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage  
Tag der Achtsamkeit für Teilnehmer\*innen mit Vorerfahrungen

**Beginn:** 08.03.2026

**Uhrzeit:** 10.00 - 17.00 Uhr

#### Adresse

Freiburger Yoga-Schule

Schwarzwaldstraße 109  
79117 Freiburg

### MBSR 8 Wochenkurs mit Achtsamkeitstag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
Der Kurs findet am 26. Mai und 2. Juni nicht statt

**Beginn:** 21.04.2026    **Ende:** 23.06.2026

**Uhrzeit:** 18.30 - 21.00 Uhr

#### Adresse

Breathe-Studio

Kirchstraße 30  
79100 Freiburg