

Nächste Kurse von Karin Wolf

MBSR - Folgekurs

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Alle Termine: 03. September, 08. Oktober, 05. November, 17. Dezember

Der Folgekurs ist zum gemeinsamen Meditieren und zur Reflexion und Vertiefung der Themen im MBSR-Grundkurs gedacht. In den letzten Jahren hat sich eine Gruppe um dieses Format herum formiert, leicht volatil, es gibt stets einige wenige freie Plätze, in die sich auch Menschen aus Kursen von anderen Unterrichten "einfädeln". Neben der Vertiefung der Meditationspraxis ist uns auch die Achtsamkeit im Alltag wichtig und der Austausch dazu in der Gruppe.

Beginn: 03.09.2026 **Ende:** 17.12.2026

Uhrzeit: 19:15 - 21:15 Uhr

Adresse

c/o Zen-Dojo Berlin e.V.

Wassertorstr. 62

10999 Berlin Kreuzberg