

## Nächste Kurse von Uta Knauer

### Vertiefungskurs Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Vertiefung der eigenen Achtsamkeitspraxis, Resilienz stärken, Zeit für Dich, Balance durch Achtsamkeitsinseln -erfahren und Innehalten lernen

**Beginn:** 06.09.2023    **Ende:** 04.10.2023

**Uhrzeit:** 18:30 - 20:30 Uhr Uhr

#### Adresse

Beratung/Coaching Knauer

Kattowitzerstr. 1

13125 Berlin

### Achtsamkeit am Arbeitsplatz (KOPIE)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kompaktkurs Achtsamkeit am Arbeitsplatz, Resilienz stärken, Zeit für Dich, Balance durch Achtsamkeitsinseln -erfahren und Innehalten lernen

**Beginn:** 20.10.2023    **Ende:** 21.10.2023

**Uhrzeit:** 10:00 - 18:00 Uhr Uhr

#### Adresse

Supervision/Coaching bei Bond

Greifenhagenerstr. 7

10437 Berlin

### Tag der Stille (KOPIE)

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

**Beginn:** 25.11.2023    **Ende:** 25.11.2023

**Uhrzeit:** 10:00 -17:00 Uhr

#### Adresse

evang. Gemeindehaus Alt Karow in Berlion Karow

Alt Karow 55

13125 Berlin Karow

### MBSR 8 Wochenkurs (KOPIE)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 07.01.2024    **Ende:** 25.02.2024

**Uhrzeit:** 17:00-19:30 Uhr

**Adresse**

Mondsteinyogastudio  
Bahnhofstrasse 50  
13125 Berlin