

Nächste Kurse von Katharina Schacht

Vertiefungskurs MBSR

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

monatlicher Vertiefungskurs MBSR

4 Einheiten à 2 Std., in Präsenz (online Teilnahme möglich)

Termine im Einzelnen:

15. April, 20. Mai, 17. Juni, 8. Juli 2026

Kosten 160 Euro

Weitere Informationen unter: www.katharinuschacht.de

Beginn: 15.04.2026 **Ende:** 08.07.2026

Uhrzeit: 18.30-20.30 Uhr

Adresse

Jungfrauenthal 45, Hamburg

Jungfrauenthal 45

20149 Hamburg

MBCL Monatskurs mit Dyaden

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Dieser Kurs findet einmal im Monat online statt. Zwischen den Terminen praktizieren die Teilnehmenden 1-2 telefonische Dyaden von jeweils 20 Min.

Termine im Einzelnen

Montag, 20. April 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 4. Mai 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 1. Juni 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 6. Juli 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 3. Aug. 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 31. Aug. 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 21. Sept. 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Montag, 12. Okt. 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Mehr Informationen unter:

www.katharinuschacht.de

Beginn: 20.04.2026 **Ende:** 12.10.2026

Uhrzeit: 18.30-21.00 Uhr

Adresse

Online

Roonstr. 37

20253 Hamburg

MBSR-Kurs-3

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Weitere Informationen unter www.katharinuschacht.de

Beginn: 28.04.2026 **Ende:** 23.06.2026
Uhrzeit: 18.30-21.00 Uhr

Adresse

Jungfrauenthal 45, Hamburg
Jungfrauenthal 45
20149 Hamburg

Achtsamkeitstag

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Achtsamkeitstag MBSR
weitere Informationen unter www.katharinuschacht.de

Beginn: 27.06.2026 **Ende:** 27.06.2026
Uhrzeit: 10.00-16.00 Uhr

Adresse

Raum für Meditation und Bewegung
Rutschbahn 11
20146 Hamburg

MBSR-Kurs 4

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Weitere Infos unter: www.katharinuschacht.de

Beginn: 01.09.2026 **Ende:** 27.10.2026
Uhrzeit: 18.30-21.00 Uhr

Adresse

Jungfrauenthal 45, Hamburg
Jungfrauenthal 45
20149 Hamburg

Achtsamkeitstag

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Achtsamkeitstag
weitere Informationen unter: www.katharinuschacht.de

Beginn: 10.10.2026 **Ende:** 10.10.2026
Uhrzeit: 10.00-16.00 Uhr

Adresse

Raum für Meditation und Bewegung
Rutschbahn 11
20146 Hamburg