

Nächste Kurse von Franziska Wulff

MBSR 8-Wochenkurs mit Krankenkassenzuschuss Freitag Vormittag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer MBSR 8 Wochenkurs als Präsenzveranstaltung als Live-Online Kurs, mit Krankenkassenzuschuss, Ermäßigung auf Anfrage

Termine: 09.01. / 16.01. / 23.01. / 30.01. / 06.02. / 13.02. / 27.02. / 06.03.

Beginn: 17.04.2026 **Ende:** 19.06.2026

Uhrzeit: 10.00 - 12.30 Uhr

Adresse

Live-Online

Hamburg

MBCL 8-Wochenkurs zum Training von achtsamen Mitgefühl mit sich und anderen Live-Online

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassischer 8-Wochen MBCL-Kurs als Aufbaukurs nach einem MBSR- oder MBCT-Kurs zur Stärkung von achtsamen Mitgefühl für sich und andere. Live-Online per Zoom. Mit zahlreichen Audios und Workbook zur Vertiefung der Erfahrungen mit Alltag. Termine: 22.04. / 06.05. / 13.05. / 20.05. / 27.05. / 03.06. / 10.06. / 17.06.

Beginn: 22.04.2026 **Ende:** 17.06.2026

Uhrzeit: 18.30 - 21.00 Uhr

Adresse

Live-Online

Hamburg