

Nächste Kurse von Lisa Grashey

Deeper Mindfulness: MBSR/MBCT Vertiefungskurs entwickelt von Prof. Mark Williams und Danny Penman

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Deeper Mindfulness ist ein Vertiefungskurs für MBSR und MBCT Kursteilnehmer die Ihre eigene Praxis vertiefen möchten. Dieses Kursprogramm wurde über die letzten 10 Jahre von Professor Mark Williams und Kollegen entwickelt. Weitere Infos dazu auf meiner Seite und im telefonischen Erstgespräch. Lisa Grashey, Trainerin/Supervisorin MBSR/MBCT, Achtsamkeitstrainerin mit 24 Jahren

Unterrichtserfahrung: <https://achtsamkeit-und-sein.de/deeper-mindfulness-vedana-gefuehlstoening/>

Beginn: 30.01.2026 **Ende:** 25.11.2026

Uhrzeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Adresse

Online

MBCT Kurs München Schwabing

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR

Beginn: 23.03.2026 **Ende:** 12.05.2026

Uhrzeit: 17:50 - 20:20 Uhr

Adresse

Standesamt Mandlstraße, Schwabing

Mandlstraße 14
80802 München

MBSR Kurs München Schwabing

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR/Deeper Mindfulness

Beginn: 25.03.2026 **Ende:** 13.05.2026

Uhrzeit: 17:50 - 20:20 Uhr

Adresse

Standesamt Mandlstraße, Schwabing

Mandlstraße 14
80802 München

MBCT Kurs Ingolstadt

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR/Deeper Mindfulness

Beginn: 26.03.2026 **Ende:** 13.05.2026

Uhrzeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Adresse

Lisa Grashey

Wackerstrasse 33
85051 Ingolstadt

MBCT Kurs Online

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR/Deeper Mindfulness

Beginn: 26.03.2026 **Ende:** 13.05.2026

Uhrzeit: 17:55 - 20:30 Uhr

Adresse

Online

MBCT Kurs München Schwabing

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR

Beginn: 19.05.2026 **Ende:** 07.07.2026

Uhrzeit: 17:50 - 20:20 Uhr

Adresse

Standesamt Mandlstraße, Schwabing

Mandlstraße 14
80802 München

MBSR Kurs München Schwabing

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR

Beginn: 20.05.2026 **Ende:** 08.07.2026

Uhrzeit: 17:50 - 20:20 Uhr

Adresse

Standesamt Mandlstraße, Schwabing

Mandlstraße 14
80802 München

MBCT Kurs Ingolstadt

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR/Deeper Mindfulness

Beginn: 21.05.2026 **Ende:** 16.07.2026

Uhrzeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Adresse

Lisa Grashey

Wackerstrasse 33
85051 Ingolstadt

MBSR Kurs Ingolstadt

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR/Deeper Mindfulness

Beginn: 21.05.2026 **Ende:** 16.07.2026

Uhrzeit: 17:55 - 20:30 Uhr

Adresse

Lisa Grashey

Wackerstrasse 33
85051 Ingolstadt

MBCT Kurs Online

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Als Trainerin und Supervisorin mit 25 Jahren Erfahrung als Kursleitung von Achtsamkeitskursen begleite ich Sie kompetent durch das Erlernen der Kursinhalte. Gerne informiere ich Sie detailliert über Kursinhalte in einem Erstgespräch. Ich freue mich von Ihnen zu hören. Mit freundlichem Gruß, Lisa Grashey, Trainerin Level 3
Supervisorin MBCT/MBSR/Deeper Mindfulness

Beginn: 21.05.2026 **Ende:** 16.07.2026

Uhrzeit: 17:50 - 20:30 Uhr

Adresse

Online