

## Nächste Kurse von Sebastian Hauck

### MBSR - Stressreduktion durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Weitere Infos und kostenloses Kennenlerngespräch unter:

hallo@sebastian-hauck.de

0157/87720950

[www.sebastian-hauck.de](http://www.sebastian-hauck.de)

Viele Grüße

Sebastian

**Beginn:** 14.04.2026    **Ende:** 02.06.2026

**Uhrzeit:** 18:00-20:30 Uhr

### Adresse

Praxis für Psychotherapie Silvana Hoth

G7, 30

68159 Mannheim

### MBSR - Stressreduktion durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Weitere Infos und kostenloses Kennenlerngespräch unter:

hallo@sebastian-hauck.de

0157/87720950

[www.sebastian-hauck.de](http://www.sebastian-hauck.de)

Viele Grüße

Sebastian

**Beginn:** 29.04.2026    **Ende:** 17.06.2026

**Uhrzeit:** 18:00-20:30 Uhr

### Adresse

Online über Zoom

### MBSR - Stressreduktion durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Weitere Infos und kostenloses Kennenlerngespräch unter:

hallo@sebastian-hauck.de

0157/87720950

[www.sebastian-hauck.de](http://www.sebastian-hauck.de)

Viele Grüße  
Sebastian

**Beginn:** 21.07.2026    **Ende:** 08.09.2026  
**Uhrzeit:** 18:00-20:30 Uhr

**Adresse**

Online über Zoom