

Nächste Kurse von Birgit Würdehoff

MBSR Winterkurs ab Do. 15.01.26 10.00-12.30 Uhr (bezuschussungsfähig)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kursort: Friedrich-Ebert-Platz-4 in Heidelberg

Kursgebühr 380,- Euro, Ratenzahlungen möglich, Studierende und Menschen mit geringem Einkommen (z.B. BürgergeldempfängerInnen) zahlen 350,- Euro

"Du kannst die Wellen nicht anhalten, aber Du kannst lernen auf ihnen zu reiten"

J. Kabat-Zinn

Beginn: 15.01.2026 **Ende:** 19.03.2026

Uhrzeit: 10.00-12.30 Uhr

Adresse

Stressloesungen

Friedrich-Ebert-Platz 4

69117 Heidelberg

MBSR Winterkurse ab Fr. 16.01.26 10.00-12.30 Uhr (bezuschussungsfähig)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kursort: Friedrich-Ebert-Platz-4 in Heidelberg

Kursgebühr 380,- Euro, bezuschussungsfähig, Ratenzahlungen möglich, Studenten und Menschen mit geringem Einkommen (z.B. BürgergeldempfängerInnen) zahlen 350,- Euro

"Du kannst die Wellen nicht anhalten, aber Du kannst lernen auf ihnen zu reiten"

J. Kabat-Zinn

Beginn: 16.01.2026 **Ende:** 20.03.2026

Uhrzeit: 10.00-12.30 Uhr

Adresse

Stressloesungen

Friedrich-Ebert-Platz 4

69117 Heidelberg

MBSR Winterkurs ab Di. 20.01.26 17.00-19.30 Uhr (bezuschussungsfähig)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kursort: Friedrich-Ebert-Platz-4 in Heidelberg

Kursgebühr 380,- Euro, Ratenzahlungen immer möglich, Studierende und Menschen mit geringem Einkommen (z.B. BürgergeldempfängerInnen) zahlen 350,- Euro.

"Du kannst die Wellen nicht anhalten, aber Du kannst lernen auf ihnen zu reiten"

J. Kabat-Zinn

Beginn: 20.01.2026 **Ende:** 17.03.2026

Uhrzeit: 17.00-19.30 Uhr

Adresse

Stressloesungen

Friedrich-Ebert-Platz 4
69117 Heidelberg

MBSR Winterkurs ab Fr. 30.01.26 16.30-19.00 Uhr (bezuschusungsfähig)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Kursort: Friedrich-Ebert-Platz-4 in Heidelberg

Kursgebühr 380,- Euro, Ratenzahlungen möglich, Studierende und Menschen mit geringem Einkommen (z.B. BürgergeldempfängerInnen) zahlen 350,- Euro

"Du kannst die Wellen nicht anhalten, aber Du kannst lernen auf ihnen zu reiten"

J. Kabat-Zinn

Beginn: 30.01.2026 **Ende:** 27.03.2026

Uhrzeit: 16.30-19.00 Uhr

Adresse

Stressloesungen

Friedrich-Ebert-Platz 4
69117 Heidelberg