

### Nächste Kurse von Manuela Haase

#### **MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Mittwoch 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 04.03.2026    **Ende:** 13.05.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

#### **Adresse**

Am Pfauenufer - Raum für inneres Wachstum

Am Pfauenufer 1a

59427 Unna

#### **MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Montag 18 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.Achtsamkeitskurs.de](http://www.Achtsamkeitskurs.de)

**Beginn:** 13.04.2026    **Ende:** 08.06.2026

**Uhrzeit:** 18:00 Uhr

#### **Adresse**

IPP Bochum - Institut für Psychologische Psychotherapie

Prümerstraße 4

44787 Bochum

#### **MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Donnerstag 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.Achtsamkeitskurs.de](http://www.Achtsamkeitskurs.de)

**Beginn:** 16.04.2026    **Ende:** 11.06.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

#### **Adresse**

Online via Zoom

#### **MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Dienstag 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.Achtsamkeitskurs.de](http://www.Achtsamkeitskurs.de)

**Beginn:** 21.04.2026    **Ende:** 09.06.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

#### **Adresse**

**Am Pfauenufer - Raum für inneres Wachstum**

Am Pfauenufer 1a  
59427 Unna

**MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Mittwoch 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 27.05.2026    **Ende:** 15.07.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

**Am Pfauenufer - Raum für inneres Wachstum**

Am Pfauenufer 1a  
59427 Unna

**MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Donnerstag 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.Achtsamkeitskurs.de](http://www.Achtsamkeitskurs.de)

**Beginn:** 30.06.2026    **Ende:** 18.08.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

Online via Zoom

**MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Montag 18 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.Achtsamkeitskurs.de](http://www.Achtsamkeitskurs.de)

**Beginn:** 21.09.2026    **Ende:** 16.11.2026

**Uhrzeit:** 18:00 Uhr

**Adresse**

**IPP Bochum - Institut für Psychologische Psychotherapie**

Prümerstraße 4  
44787 Bochum

**MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Mittwoch 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 23.09.2026    **Ende:** 25.11.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

Am Pfauenufer - Raum für inneres Wachstum

Am Pfauenufer 1a

59427 Unna

**MBSR Kurs - Stressbewältigung durch Achtsamkeit // Donnerstag 18:30 Uhr // 350 €**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

[www.Achtsamkeitskurs.de](http://www.Achtsamkeitskurs.de)

**Beginn:** 24.09.2026    **Ende:** 19.11.2026

**Uhrzeit:** 18:30 Uhr

**Adresse**

Online via Zoom