



Institut für Achtsamkeit

Ob Sie beruflich oder persönlich an achtsamkeits-
basierten Ansätzen interessiert sind – Wir bieten ein
breites Spektrum an Weiterbildungen.

MBSR-Lehrende Ausbildungen 2026/27

Mai 2026 - Dezember 2027

Online Ausbildung, erster und letzter Termin live
im Rosenwaldhof bei Berlin, die anderen Module
online

Oktober 2026 - März 2028

in Lehrte, bei Hannover/Braunschweig

November 2026 - Mai 2028

Internationale MBSR-Ausbildung online, erster
und letzter Termin live im Rosenwaldhof bei
Berlin, die anderen Module online,
Unterrichtssprache Englisch

Retreats 2026

Achtsamkeitsmeditations - Retreat

02. - 07. Juni 2026

am Benediktushof, Holzkirchen bei Würzburg
mit Linda Lehrhaupt und Renée Kraemmer

Achtsamkeit und Mitgefühl - Retreat

24. - 29. Oktober 2026

im Hof Oberlethe bei Oldenburg
mit Marie Mannschatz, Frits Koster und
Karin Krudup



Institut für Achtsamkeit

Meditation

Morgenmeditation

ab 15. Januar 2026, online

Donnerstags 07:30 - 08:30 Uhr

mit Karin Krudup und Wolfgang Schröder

Vertiefungskurs

21. April - 30. Juni 2026, online

mit Karin Krudup und Wolfgang Schröder

Weiterbildungen

Weiterbildung zum/zur MBCL-Lehrer*in

22. - 28. November 2026

im Rosenwaldhof bei Berlin

mit Frits Koster und Jana Willms

Mindfulness-Based Training in

Forgiveness (MBTF)

Achtsamkeitsbasiertes Training in Vergebung

Grundlagentraining, online

06. - 08. November 2026

Weiterbildung

Modul 1: 30. April - 02. Mai 2027 Präsenz in
Berlin

Modul 2: 23. Mai 2027 online

mit Frits Koster und Joyce Cordus

Verkörperte Achtsamkeit

(Embodied Mindful Awareness)

EMA Grundlagenseminar

13. - 16. Oktober 2026 am Benediktushof,

Holzkirchen bei Würzburg

mit Linda Lehrhaupt und Renée Kraemmer

Vertiefung der Achtsamkeitspraxis

mit IFS (Internal Family Systems)

29. Oktober - 01. November 2026

am Benediktushof bei Würzburg

mit Heike Mayer

info@institut-fuer-achtsamkeit.de

www.institut-fuer-achtsamkeit.de

