



In der Ruhe liegt die Kraft

Ein Wochenend-Seminar mit dem etwas anderen Gesundheitstraining

Freitag, 21. August (ab 18h) bis Sonntag, 23. August 2020 (ca. 15h)

Für die körperliche und geistige Gesundheit ist es wichtig, dass wir immer wieder zur Ruhe kommen. In der Ruhe liegt die Kraft. Gerade in stressigen Zeiten fällt es uns schwer, innezuhalten und auf unseren Körper und unsere Gesundheit zu achten. Hier hilft das regelmässige Training.

In diesem Seminar widmen wir uns ganzheitlichen Körper- und Achtsamkeitsübungen, die gut im Alltag genutzt werden können und stellen Dir Modelle zu Stress und Entspannung vor. Ziel des Wochenendes ist es, dass Du Deine innere Ruhe und Energiequelle entdeckst und Dir mit den Übungen ein persönliches „Kraft“-Training für den Alltag zusammenstellen kannst.

Kurskosten für Yoga und Workshop:

Spezialpreis für Frühbucher bis 30. April 2020 -> **Fr. 220.00**

Regulärpreis ab 1. Mai 2020 -> **Fr. 260.00**

Das Wochenende wird ab 6 Personen durchgeführt.

Die Kommunikationsformen sind Laut- und Gebärdensprache.

Die Kursleiterinnen berücksichtigen Deine individuellen Kommunikationsbedürfnisse.

Die Kurskosten nach Erhalt der Rechnung überweisen an:

Corinne Leemann / Kleiner Letten 14 / 8213 Neunkirch

Raiffeisenbank Schaffhausen

IBAN: CH61 8080 8003 9636 7489 2

Betreff: In der Ruhe liegt die Kraft 2020

Auf Anfrage schicke ich Dir gerne einen Einzahlungsschein.

Wir haben die Kurskosten bewusst tief gehalten und arbeiten ohne Unterstützung von Stiftungen. Falls ihr finanzielle Unterstützung braucht, bitte mit den Beratungsstellen für Schwerhörige und Hörgeschädigte Kontakt aufnehmen: www.bfsug.ch

Falls ihr eine Zusatzversicherung habt, werden die Kosten teilweise von der Krankenkasse übernommen.

Das Seminarhaus Sternenbergr ist ein friedliches abgelegenes Haus (www.alter-steinshof.ch)

Kosten für Übernachtung und Essen sind nicht in den Kurskosten inklusiv. Wir buchen für euch das Zimmer und ihr bezahlt es direkt vor Ort.

Pro Person im Doppelzimmer: **Fr. 230.00** / im Einzelzimmer: **Fr. 260.00**

WC/Bad auf dem Gang.

Inbegriffen im Preis: 2 Übernachtungen, 2 Mahlzeiten pro Tag (Brunch und Abendessen), Kaffee, Tee, Mineralwasser, Most und Pausenverpflegung. Ein kleines Schwimmbad steht auch zur Verfügung.



Anmeldeformular

Bitte vollständig ausfüllen und per Email (Scan) oder Post an Corinne Leemann (workshop@corinneleemann.ch) senden.

Ich melde mich verbindlich zum Seminar „In der Ruhe liegt die Kraft“ auf dem Sternenberg an:

Name/Vorname:

Strasse/Nr:.....

PLZ/Ort:.....

Mobile:.....

Email:.....

Geburtsdatum:.....

Zimmerwunsch:

Allergien:

Die verbindliche Anmeldung erfolgt durch das Einsenden des Anmeldeformulars und der Überweisung der Kurskosten. Eine Rückzahlung ist nur bei Vorlage eines Arztzeugnisses möglich.

Die Teilnahme am Seminar erfolgt auf eigene Verantwortung.

Ich habe die oben aufgeführten Bedingungen gelesen und verstanden. Hiermit melde ich mich verbindlich an.

Ort/Datum/Unterschrift:.....