

# Anmeldung zum Acht-Wochen-Kurs

## Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Kursleitung: Christoph Schröder, MBSR-Lehrer

Hiermit melde ich mich für den MBSR-Kurs vom 31. Januar bis zum 21. März 2018 verbindlich an.

Name:

Straße:

Ort:

Telefon:

E-Mail:

Der Kurs geht über acht Termine von jeweils 2,5 Stunden, immer mittwochs von 19:00 bis 21:30 Uhr im Yogazentrum "Yoga am Buschey" in der Buscheystraße 82. Am Samstag, den 10. März findet ein "Tag der Achtsamkeit" von ca. 6 Stunden statt.

Über die Inhalte des Programms und über die Bedeutung der Übungspraxis Zuhause wurde ich informiert. Es ist mir bekannt, dass es sich dabei um ein Selbsthilfetraining handelt, das eine fachärztliche Hilfe nicht ersetzen möchte. Ich nehme an dem Kurs selbstverantwortlich teil und achte dabei selbst auf meine persönlichen Grenzen.

Die Kosten für den gesamten Kurs und das Arbeitsmaterial betragen 280,- Euro.

Ich führe diesen Kurs in Absprache mit meinem Arzt und/oder Psychotherapeuten durch. Der Kursleiter darf sich nach Absprache mit mir mit meinem Arzt oder Therapeuten in Verbindung setzen. (wenn unzutreffend, streichen)

**AGB:** Bei einer Kursabsage während der letzten zehn Tage vor Kursbeginn ist die gesamte Kursgebühr zu bezahlen, es sei denn, dass sich ein Ersatzteilnehmer findet. Bei einer vorherigen Absage wird eine Aufwandsgebühr von 40,- Euro in Rechnung gestellt.

Hagen, den

Unterschrift