

Bildungsurlaub

Qigong-Herbstwoche

Meditation, Atem, Qigong, Stille-Übungen



Foto: Clipdealer

Sehr geehrte Damen und Herren!

Bildungsurlaub!

Fit in den Winter Mit Qigong die Immunität stärken - Mit chinesischer Medizin entgiften, reinigen und beruhigen

Der Winter verlangt unserem Körper als auch unserer Seele einiges ab. Es ist oft kalt, nass und dunkel (Melancholie, Depressionen) und das Immunsystem erbringt Höchstleistungen (Erkältungen, Grippe). Kälte greift den Körper an.

Um das Immunsystem zu stärken und den Körper zu wärmen erlernen wir verschiedene, einfache Qigong- und Meditationsübungen. Zudem gibt es Tipps zum richtigen Lifestyle im Winter. Wir stärken die Organsysteme Niere und Blase und ziehen uns mehr zurück.

Diese Woche dient der Stärkung von Körper, Energie und Seele und wir lernen die Zusammenhänge zwischen uns und der Natur richtig zu verstehen und entsprechend zu leben. Voraussetzung ist Offenheit im Geist!

Es wird **theoretische Kursanteile und praktisches Üben geben**, sodass Sie eine **Anwendung auch für Ihren beruflichen Alltag einüben können**. Neben dem Kursprogramm bleibt Zeit zur Entspannung in unserer Hauskapelle, Bibliothek, dem Außengelände und der waldreichen Umgebung. Eine leckere Vollwertverpflegung erwartet Sie.

Wir heißen Sie herzlich willkommen!

Ablauf

Kurs-Zeiten :

tägl. 9.00-12.00 Uhr & 15.00-18.00 Uhr & ggfs. Abendeinheit

Mahl-Zeiten:

Frühstück: ab 7.45 Uhr / Stehkaffe ca. 10.30 Uhr

Mittagessen: 12.00 Uhr / Kaffee & Kuchen ca. 14.30 Uhr

Abendessen: 18.00 Uhr

Termin

Beginn: Montag, 23.11.2020, 14.30 Uhr

Ende: Freitag, 27.11.2020, 14.30 Uhr

Teilnehmergebühr

431,00 € bei Unterbringung im **Einzelzimmer**

inkl. Übernachtung, Vollpension, Seminarkosten

399,00 € bei Unterbringung im **Doppelzimmer**

inkl. Übernachtung, Vollpension, Seminarkosten

361,00 € ohne Übernachtung

ohne Übernachtung, inkl. Vollpension, Seminarkosten

Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht erstattet werden.

Referent

Joachim Stuhlmacher



Bad Rothenfelde, Qigong- und Taijiquan-Lehrer, Massagetherapeut, Ausbilder für Chinesische Medizin und als offizieller Ausbilder für Qigong durch den Deutschen Dachverband für Qigong & Taijiquan anerkannt. Der Kursleiter hat über 30 Jahre eigene Erfahrung mit diesen Methoden. Joachim Stuhlmacher war mehrfach zur Ausbildung in China und ist als Ausbildungsleiter für Qigong, Massage und Chinesische Medizin seit über 25 Jahren anerkannt.

Er arbeitet als Therapeut mit Qigong und ist Autor verschiedener Bücher zum Thema.

www.stuhlmacher-joachim.de

Information

Für das Seminar können Sie *Bildungsurlaub* nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz in NRW (AWbG) beantragen! Das Antragsformular dafür steht für Sie als Download unter "Downloads" oder auf unserer Homepage (unter „Service“) bereit.

Mitzubringen

Bitte bringen Sie **bequeme Kleidung** zum Seminar mit.

Hinweis

- Rollstuhlfahrer sind uns herzlich willkommen!
- Unsere mobile Funkanlage ermöglicht es auch **Schwerhörigen**, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen, sofern das Hörgerät mit einer T-Spule (Induktionsspule) ausgerüstet ist. Alle Seminarräume sind mit einer Ringschleife ausgestattet. **Bitte geben Sie den Bedarf bei Ihrer Anmeldung mit an.**

Kontakt

Margret Buck
Tel.: 02581 - 9458-229

Bildungsurlaub

Qigong-Herbstwoche - Kurs-Nr.: 20-292D77

Montag den 23.11.2020 bis Freitag den 27.11.2020

Meditation, Atem, Qigong, Stille-Übungen

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu folgendem Seminar:
Qigong-Herbstwoche, 23.11. - 27.11.2020, Kurs-Nr.: 20-292D77

Nachname/Vorname

Geb.-Datum (freiwillige Angabe)

Straße und Hausnummer

PLZ/Ort

Telefon

Telefax

E-Mail

Einzelzimmer Doppelzimmer mit:

Mit Ihrer Unterschrift akzeptieren Sie die Teilnahmebedingungen und sind mit der Speicherung der Ihrer Daten einverstanden (widerrufbar)

Datum/Unterschrift

Ich habe Anspruch auf eine ermäßigte Teilnehmergebühr. Die Berechtigung hierzu liegt in Kopie bei. Anspruch auf 20% Ermäßigung haben Arbeitslose/Arbeitslosengeld II-Empfänger, Schüler, Studenten **bis 28 Jahre**.

Bitte füllen Sie unbedingt das SEPA-Lastschriftmandat aus!

Kurz vor Seminarbeginn erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Die Teilnahmegebühr wird nach Seminarbeginn eingezogen. Rechtzeitig vor Seminarbeginn informieren wir Sie über das Fälligkeitsdatum. Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht erstattet werden.

Ausfallgebühr:

Bei Abmeldungen **21 bis 10 Tage** vor Seminarbeginn müssen wir eine Ausfall- und Bearbeitungsgebühr in Höhe von **40%** der Teilnehmergebühr erheben. Bei Abmeldungen **9 bis einen Tag** vor Seminarbeginn werden **80%** der Teilnehmergebühr, bei Abmeldung am **Seminartag 100%** der Teilnehmergebühr berechnet.

Bildungsurlaub

Qigong-Herbstwoche - Kurs-Nr.: 20-292D77

Montag den 23.11.2020 bis Freitag den 27.11.2020

Meditation, Atem, Qigong, Stille-Übungen

SEPA-Lastschriftmandat

LVHS Freckenhorst, Am Hagen 1, 48231 Warendorf
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE43ZZZ00000574696

Mandatsreferenz: _____ (wird von der LVHS eingetragen)

Ich ermächtige die LVHS Freckenhorst, einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der LVHS Freckenhorst auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

.....
Vorname und Nachname (Kontoinhaber)

.....
Straße und Hausnummer

.....
PLZ/Ort

.....
Geldinstitut

.....
BIC

.....
IBAN

.....
Ort/Datum und Unterschrift des/r Kontoinhabers/in

Vor dem Einzug der SEPA-Lastschrift wird mich die LVHS Freckenhorst über den Einzug unterrichten.