

Anmeldung zum Kurs

Achtsamkeitsbasierte Progressive Muskelentspannung



Leiterin: Ingrid Hartings

Ingrid Hartings

Heilpraktikerin
Gestalttherapeutin
Bülowstr. 15
40476 Düsseldorf

Hiermit melde ich mich

Tel. 0211-30 147 152
praxis@mbsr-ingrid-hartings.de
www.mbsr-ingrid-hartings.de

.....
Vor- und Familienname

Straße

Postleitzahl, Ort

.....
Telefon-Nr.

Beruf

eMail

verbindlich zum 8-Wochen-Kurs „Achtsamkeitsbasierte Progressive Muskelentspannung“ nach Dr. Edmund Jacobson unter der Leitung von Ingrid Hartings an.

Der Kurs findet einmal wöchentlich, d.h. 8 x 1,5 Std., statt im: Kumon-Lerncenter, Schwerinstr. 26a (im Innenhof), 40477 Düsseldorf-Pempelfort.

Folgende Termine sind vereinbart: Mittwochs, 19:30 – 21:00 h, Beginn am 8. Mai 2019.

Einzeltermine: 8.5., 15.5., 22.5., 29.5., 5.6., 12.6., 19.6., 26.6.2019

Ich erhoffe mir von der Teilnahme am Kurs die Linderung folgender Beschwerden/Symptome:

.....
Mir bekannt, dass die Teilnahme am Kurs 'Achtsamkeitsbasierte Progressive Muskelentspannung' keinesfalls ein Ersatz für eine medizinische, psychotherapeutische oder sonstige Behandlung ist. Ich bin mir bewusst, dass ich selbstverantwortlich an dem Programm teilnehme. Falls mir Übungen zu schwierig sind oder ich das Gefühl habe, dass sie für meine Gesundheit nicht hilfreich sind, spreche ich dieses an und achte auf meine persönlichen Grenzen.

Wichtige Hinweise: Planen Sie bitte eine tägliche Übungszeit von 20-30 Minuten ein.

Die Kursunterlagen, d.h. das Arbeitsheft und die Audiodateien, sind urheberrechtlich geschützt und die Weitergabe an Dritte ist nicht erlaubt.

Rücktrittsbedingungen: Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Kursstart wird eine Bearbeitungsgebühr von 20 Euro berechnet, danach wird die Kursgebühr einbehalten, außer es findet sich ein/e Ersatzteilnehmer/-in. In diesem Fall wird eine Bearbeitungsgebühr von 20 Euro erhoben.

Die Kursgebühr in Höhe v. **190 Euro** überweise ich **zum Zeitpunkt der Anmeldung** auf folgendes Konto: Ingrid Hartings, IBAN: DE30 3005 0110 1005 5618 14, BIC-/SWIFT-Code: DUSSEDEDDXXX, Verwendungszweck: APMR

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. **Die Kursteilnahme ist erst nach Eingang der Kursgebühr gesichert.**

.....
Ort/Datum

Unterschrift