

Anmeldung zu Terminen

Online-Achtsamkeitsmeditation life -
Gelassenheit und Stärke finden in schwieriger Zeit



Leiterin: Ingrid Hartings

Ingrid Hartings

Heilpraktikerin
Gestalttherapeutin
Bülowstr. 15
40476 Düsseldorf

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

Hiermit melde ich mich

.....
Vor- und Familienname

Straße

Postleitzahl, Ort

.....
Telefon-Nr.

eMail

verbindlich zu folgenden Meditationsterminen unter der Leitung von Ingrid Hartings, life per Zoom, an:

Titel: 'Online-Achtsamkeitsmeditation - Gelassenheit und Stärke finden in schwieriger Zeit'

Inhalt: Achtsamkeitsmeditationen in kürzeren und längeren Sequenzen, dazwischen kurze Bewegungseinheiten, Austausch wenn gewünscht.

Preis: 10,- Euro pro Termin

Die Termine findet online statt wie folgt:

Jew. montags, 18-19 h und Freitags, 17-18 h am 27.3., 30.3., 3.4., 6.4., 10.4., 13.4., 17.4.2020.

Ich melde mich hiermit zu folgenden Terminen / folgendem Termin verbindlich an:

.....
Mir ist bekannt, dass die Übungen des Achtsamkeitsprogramms der Selbsterfahrung und der persönlichen Entwicklung dienen und die Teilnahme keinesfalls ein Ersatz für eine medizinische, psychotherapeutische oder sonstige Behandlung ist. Ich bin mir bewusst, dass ich selbstverantwortlich an den Terminen teilnehme und achte auf meine persönlichen Grenzen.

Rücktrittsbedingungen: Aufgrund des erhöhten organisatorischen Aufwands besteht bei Nichtteilnahme (ungeachtet der Gründe) kein Anspruch auf Erstattung der Teilnahmegebühren. Bei Ausfall durch Krankheit der Kursleitung wird für einen Ersatztermin gesorgt oder die Gebühr für den jeweiligen Abend zurückerstattet.

Wichtige Hinweise: Sie benötigen für die Teilnahme eine stabile Internetverbindung, Rechner, Tablet oder Handy mit Kamera und Micro, einen ruhigen Sitzplatz auf Meditationskissen, -bänkchen oder Stuhl, etwas Bewegungsfreiheit, Schreibzeug und das Programm 'Zoom' auf Ihrem Rechner/Tablet/Handy.

Die Teilnahmegebühr in Höhe von **10 Euro pro Termin** überweise ich **zum Zeitpunkt meiner Anmeldung** auf folgendes Konto: Ingrid Hartings, Konto Nr. 100 5561 814, BLZ 300 501 10, Stadtparkasse Düsseldorf, IBAN: DE30 3005 0110 1005 5618 14, Verwendungszweck: Online-Meditation am

Die Anmeldung ist bis spätestens vier Stunden vor dem Meditationstermin möglich. Den Teilnahmelink sendet mir Ingrid Hartings bis spätestens 30 Min. vor Beginn des Termins.

.....
Ort/Datum

Unterschrift