



Kneipp-Verein Steinfurt e. V.
Waldring 9, 48565 Steinfurt
Tel.: 02551 839341
info@kneipp-verein-steinfurt.de
www.kneipp-verein-steinfurt.de

Eine Kooperationsveranstaltung mit:



Familienbildungsstätte Steinfurt
Schulstr. 3, 48565 Steinfurt
Tel: 02552 93550
Fax: 02552 935520
E-Mail: Info@fbs-steinfurt.de
www.fbs-steinfurt.de

Yoga und Meer



Yoga-Freizeit auf der
Nordseeinsel Norderney

Fr., 08.05.2020 bis Mo., 11.05.2020



Yoga und Meer

Yoga-Freizeit auf der Nordseeinsel Norderney



Yoga erleben, sich eine Auszeit gönnen – zur Ruhe kommen – durchatmen Dazu laden wir auf die Nordseeinsel Norderney ein.

Einmal ganz in Ruhe und unter fachkundiger Leitung können Sie in diesen Tagen Hatha-Yoga praktizieren und genießen.

Verschiedene Körperhaltungen (Asana) stärken und dehnen den Körper wohltuend, Atemübungen (Pranayama) führen Sauerstoff und neue Energie zu. Meditations- und Entspannungsübungen können darüber hinaus zu Ruhe und Ausgeglichenheit führen. Außerdem erfahren Sie Details zur Geschichte, Hilfsmittel, Anwendung und Wirkung von Yoga. Vorkenntnisse sollten vorhanden sein.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Gymnastik- bzw. Yogamatte, eine Decke, Schreibsachen, evtl. ein Yoga-Kissen (falls vorhanden) und Handtücher mit. Die Hin- und Rückreise erfolgt in eigener Regie.

Beginn: Fr., 08.05.2020, 18:00 Uhr

Ende: Mo., 11.05.2020, 13:00 Uhr

Ort: Schullandheim Norderney des Märkischen Kreises

Gebühr (p. P.): DZ mit Du/WC = Kneipp-Mitgl.: 280,00 € / Gäste: 300,00 €
EZ mit Du/WC = Kneipp-Mitgl.: 300,00 € / Gäste: 320,00 €
(incl. Unterkunft, Vollpension, Seminargebühr)

Leitung: Stefan Lammers | Martin Hilgenbrink

Anmeldung: Familienbildungsstätte Steinfurt, Schulstr. 3, Steinfurt
Tel.: 02552 93550, www.fbs-steinfurt.de

Wir wohnen im Landschulheim Norderney des Märkischen Kreises in der Luciusstr. 32. Das zentral und strandnah gelegene Schullandheim bietet 32 modern ausgestattete Ein- bis Sechsbettzimmer. Alle Zimmer verfügen über Dusche/WC.



Schullandheim Norderney des Märkischen Kreises

Verbindliche Anmeldung / SEPA-Lastschriftmandat zur
Yoga-Freizeit vom 08.05. bis 11.05.2020

Name, Vorname: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____ Fax.: _____

Geburtsdatum: _____

- Doppelzimmer Kneipp-Mitglied (280,00 €) Doppelzimmer Gast (300,00 €)
 Einzelzimmer Kneipp-Mitglied (300,00 €) Einzelzimmer Gast (320,00 €)
 Ein SEPA-Lastschriftmandat liegt der FBS Steinfurt bereits vor.

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer DE313000000401864

Die Mandatsreferenznummer wird separat mitgeteilt.

Ich ermächtige die Familienbildungsstätte Steinfurt, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Familienbildungsstätte Steinfurt auf mein Konto gezogenen Lastschriften 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.

Kreditinstitut

DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _
IBAN

Reisebedingungen:

Die Anmeldung für diese Bildungsmaßnahme ist verbindlich. Die Teilnahmegebühr wird vor Beginn der Veranstaltung von Ihrem angegebenen Konto abgebucht. Ein eventueller Rücktritt von der Veranstaltung ist schriftlich zu erklären. Bei einem Rücktritt ist eine Rücktrittsgebühr in folgender Höhe zu entrichten: Stets mindestens 5 %

Ab 12 Wochen bis zu 6 Wochen vor Beginn der Maßnahme: 25 %

Ab 6 Wochen bis zu 2 Wochen vor Beginn der Maßnahme: 50 %

Ab 2 Wochen vor Beginn der Maßnahme: 80 %

Anmeldung an die Familienbildungsstätte Steinfurt, Schulstr. 3, 48565 Steinfurt

Ort, Datum

Unterschrift