



**Anmeldung
Stressbewältigung durch Achtsamkeit
nach Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn**

Naturheilpraxis

Simone Hensel
Philipp-Wolfrum-Weg 11
69121 Heidelberg
Tel 06221-484762
Fax 06221-484847
eMail info@simone-hensel.de

Kursleiterin: Simone Hensel

Hiermit melde ich mich

.....
Vor- und Familienname

Straße

Postleitzahl

Ort
.....

Telefon

eMail

verbindlich zum 8 Wochen-Kurs „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ nach Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn unter der Leitung von Simone Hensel an.

Hierbei ist mir bekannt, dass es sich um ein Selbsthilfeprogramm und um eine Schulung handelt, nicht um eine Therapie, und dass diese Schulung keine fachärztliche Hilfe ersetzen kann und soll.

Der Kurs findet einmal wöchentlich d. h. 6 x 2 bis 2,5 Stunden u. 1x ca. 4 Stunden im Rigpa-Zentrum, Steubenstr. 54/1, Hinterhaus bei Biomarkt "Fair und Quer", 69121 Heidelberg, Straßenbahnhaltestelle Kapellenweg, statt.

Die Termine sind wie folgt vereinbart:

Beginn: 11.04.2012

Ende: 23.05.2012

Termine (1.-6.): 11.4., 18.4., 25.4., 2.5., 9.5., 16.5.,

Zeit: mittwochs 18.00 - ca. 20.15 Uhr

7. und 8. Kursabend finden am 23.5. als Block statt.

Zeit: Mittwoch, 23.5., 17 - 21.30 Uhr

Übungstag: Samstag, den 12.05.2012, 10 – ca. 15 Uhr

Frau Simone Hensel hat mich in einem persönlichen / telefonischen Vorgespräch über den Inhalt und die Übungsmöglichkeiten des Kurses informiert. Ich bin mir darüber bewusst, dass ich selbstverantwortlich an der Schulung teilnehme. Falls mir Übungen zu schwierig oder ich das Gefühl habe, dass sie für meine Gesundheit nicht hilfreich sind, spreche ich dieses an und achte auf meine persönlichen Grenzen.

Wichtige Hinweis: Es ist eine tägliche Übungszeit von mindestens 30 - 40 Minuten einzuplanen.

Die Kursunterlagen, d.h. Handbuch und die CD's sind urheberrechtlich geschützt und die Weitergabe an Dritte ist nicht erlaubt.

Rücktrittsbedingungen: Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Kursstart wird eine Bearbeitungsgebühr von 25 Euro berechnet, danach wird die Seminargebühr einbehalten, außer es liegt ein ärztliches Attest vor oder es findet sich ein/e Ersatzteilnehmer/in. In diesem Fall wird eine Bearbeitungsgebühr von 25 Euro erhoben.

Die Kursgebühr in Höhe von **300 Euro** überweise ich bis zum **4. April 2012** auf folgendes Konto:

Simone Hensel

Konto Nr. 42061000

BLZ 672 900 00, Heidelberger Volksbank

Verwendungszweck: MBSR Heidelberg

Ermäßigung oder Ratenzahlung ist nach individueller Absprache möglich.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. **Bitte melden Sie sich bis zum 29. März 2012 an. Die Kursteilnahme ist erst nach Eingang der Kursgebühr gesichert.**

.....
Datum

Ort

Unterschrift