

Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. vom bis
Kurzbezeichnung der Veranstaltung

Vor- und Zuname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Ich wünsche eine Übernachtung im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 4 Euro/Nacht)

Ich benötige keine Übernachtung

Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum

Unterschrift

Einzugsermächtigung

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN

.....

BIC

Geldinstitut

Ort

Kontoinhaber/-in

Datum/Unterschrift

Anmelde- und Geschäftsbedingungen

Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet. Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung.

Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 10 Euro, ab 2 Wochen 25 % und ab 1 Woche 50 % der Kursgebühr. Bei Absage am Tag des Seminars 100 %.



Sie erreichen uns mit dem Auto über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111). Der nächste Bahnhof ist der Bahnknotenpunkt Plattling (mit IC-/EC-Anschluss) oder Deggendorf. Von dort holen wir Sie nach Möglichkeit gerne ab.

Bildungshaus Landvolkshochschule St. Gunther e.V.

Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederalteich
Telefon 0049 (0)9901 9352-0
Telefax 0049 (0)9901 9352-19
anmeldung@lvhs-niederalteich.de
www.lvhs-niederalteich.de

2019

Genug!? Jahreskurs für junge Erwachsene

Modul I: entspannt genug !?



8. bis 10. Februar 2019

Liebe junge Erwachsene!

„Was bringt uns all der Stress?

Was ist denn der Preis?

Dass es uns allen schlecht geht

und es dabei anders scheint?

Wir sind doch alle frei, gesund und jung.

Was bringt uns all der Druck?

Dafür gibt es keinen Grund.

Was wir machen, liegt an uns!“

(aus Stressed Out von Julia Engelmann)

Wir machen uns auf die Suche, was uns

Druck und Anspannung nimmt und über-
legen wie wir das im Alltag einbauen

können. Wie gehen wir mit unserer Zeit

um, damit sie erfüllte Zeit ist?

Also los raus aus dem Hamsterrad und
anmelden...

Herzliche Einladung zu einem
stressfreien Wochenende!

Magdalena Lummer
Bildungsreferentin der LVHS

Organisatorisches:

Beginn: Freitag 17:00 Uhr

Ende: Sonntag, 13:00 Uhr

Kosten: 75 € inklusive Verpflegung
und Übernachtung im
Doppelzimmer mit Dusche

Anmeldung 29. Januar 2019

Bitte mitbringen:

- **bequeme Kleidung und warme Socken für Entspannungseinheiten**
- **warme Kleidung und gute Schuhe für draußen**
- **evtl. Hausschuhe**
- **wenn du gerne liest: dein aktuelles Lieblingsbuch**

*„Zeit die wir uns nehmen, ist Zeit die
uns etwas gibt!“*

(Ernst Ferstl)

Weitere Kurstermine

Vorläufige Terminplanung:

Modul 2: 15. bis 17. März 2019,
Wochenende, 75,00 Euro

Modul 3: 7. bis 11. Juni 2019, Freitag bis
Dienstag an Pfingsten, 125,00 Euro

Modul 4: 6. bis 8. September 2019,
Wochenende, 75,00 Euro

Modul 5: 15. bis 17. November, Wochenende,
75,00 Euro

Modul 6: 2 Tage Ende Dezember 2019 nach
Vereinbarung, 75,00 Euro

Bei Gesamtbuchung der Module, ermäßigter Preis
475,00 Euro

Genug ist genug!

***Du bestimmst, an welchen Kursteilen du teil-
nehmen kannst und willst.***