

Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. vom bis
Kurzbezeichnung der Veranstaltung
Vor- und Zuname
Straßenhausnummer 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



Dem Leben
Richtung geben

Hengersberger Straße 10
D - 94557 Niederalteich
Telefax 09901 935219

Einzugsermächtigung

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

IBAN
.....
BIC
Geldinstitut
Ort
Kontoinhaber/-in
Datum/Unterschrift

Anmeldung

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).

Sie erreichen uns mit dem Zug über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf und jeweils weiter mit dem Bus. Informieren Sie sich bitte vor der Anreise.

RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:

Der Bus fährt zu festen Zeiten Haltestellen der normalen Buslinien an. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher, ist auch ein paar Tage vorab möglich). Die Fahrt kann auch online über www.wohin-du-willst.de angemeldet werden.

Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederalteich 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



2022

Wach, zuversichtlich und zentriert in meiner Mitte

Eutonie - Wochenende



25. bis 27. Feb. 2022

Sehr geehrte Damen und Herren!

Die Eutonie als körperorientierter Ansatz bietet in Krisenzeiten ein wertvolles Instrument für den Erhalt der eigenen Mitte und Präsenz.

Wenn ich in meiner Mitte zentriert bin, kann ich wach und zuversichtlich mein Leben und das Leben um mich herum bewusst gestalten.

Ein solides Körperbewusstsein, wie es in der Eutonie entwickelt wird, ist hierfür von großer Bedeutung.

Nur wenn ich in meiner Mitte bin, kann ich mich förderlich für ein gedeihliches Miteinander einbringen.

Wenn ich gut für mich selbst Sorge, kann ich mich auch für andere in einem adäquaten Maß einbringen - ich kann die Verantwortung für mich übernehmen.

Ich bin wach, zuversichtlich und zentriert in meiner Mitte für die Herausforderungen, die mir das Leben stellt.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Herzliche Einladung!

Programm

- Abwechselnde Bewegungsübungen und Entspannungssequenzen, fördern Ihr körperliches Wohlbefinden und die Regeneration.
- Sanftes Dehnen erlaubt dem Körper loszulassen und führt zu innerer Sicherheit.
- Tiefe Spannungen werden Schicht um Schicht gelöst, wodurch eine freie und natürliche Atmung, Bewegung und Aufrichtung ermöglicht wird.



Organisatorisches

Beginn:

Freitag, 25. Februar 2022, 18:00 Uhr
mit dem Abendessen

Ende:

Sonntag, 27. Februar 2022
nach dem Mittagessen, ca. 13:00 Uhr

Kosten:

245 Euro
für Kursgebühr und Vollpension im
Doppelzimmer mit Dusche

Anmeldung bis 15. Februar 2022



Referentin:

Helene Roitinger,
Musikerin,
Instrumentalpädagogin,
Diplom für Eutonie
Gerda Alexander® in
Offenburg 2006,
Systemische Super-
vision und Coaching

Bitte mitbringen:

- ❖ bewegungsfreundliche Kleidung
- ❖ warme Socken
- ❖ Wolldecke für den Boden