



Anmeldung

Einzugsermächtigung

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

IBAN
BIC
Geldinstitut
Ort
Kontoinhaber/-in
Datum/Unterschrift

Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. vom bis
Kurzbezeichnung der Veranstaltung
Vor- und Zuname PLZ/Ort
Straße/Hausnummer E-Mail
Telefon
Geburtsdatum

Ich wünsche eine Übernachtung ☐ im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 5,50 Euro/Nacht)

☐ Ich benötige keine Übernachtung

☐ Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

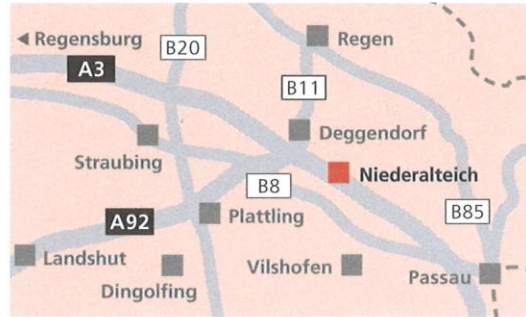
Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum Unterschrift

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 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.

Preis: Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelzimmerzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



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.

RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:

Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). 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



Meditativer Tanz, Feldenkrais® und Wintermärchen

Gestärkt und entspannt durch den Winter

TS 1.3



12. bis 14. Dez. 2025

**Liebe Auszeit-Suchende,
Bewegungsinteressierte,
Tanzfreudige und
Märchenliebhaber*innen!**

Zur Ruhe kommen mit sanften integrierenden
Bewegungen des Feldenkrais, und meditativen
zentrierenden Kreistänzen.

Meditativer Kreistanz ist Meditation in
Bewegung. Getragen von Musik
unterschiedlicher Zeiten und Kulturen,
schwingen wir uns ein in einen größeren
Zusammenhang des Lebens.

Mit Feldenkrais nehmen wir wahr, wie unser
Instrument Körper harmonischer spielen kann.
Wir können uns leichter, lebendiger und
stimmiger erleben, weil wir lernen,
unnötige Anstrengung loszulassen.
Wärmende Wintermärchen
stärken Leib und Seele.

Herzliche Einladung!

Inhalte

Feldenkrais-Einheiten wechseln mit
Meditativen Kreistänzen ab,

Mit den meditativen Tänzen verwebt sich jeweils
ein kurzes, passendes Märchen,

und am Samstag gibt es einen Märchenabend
zum Themenkreis Winter – lassen Sie sich
überraschen.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte mitbringen:

- bequeme Kleidung,
- warme Socken
- geeignete Schuhe für die Tänze (geeignete Schuhe zum Tanzen, mit denen sich gut drehen lässt, nicht zu glatt und nicht zu rau, bitte nicht strumpfsockig tanzen);
- eigene Matte, wenn vorhanden

Organisatorisches:

Beginn: Freitag, 18:00 Uhr mit dem
Abendessen

Ende: Sonntag, 13:00 Uhr nach dem
Mittagessen

Kosten: 349 Euro, inklusive
Vollverpflegung und
Übernachtung im Doppelzimmer
(Einzelzimmerzuschlag 5,50 €
pro Nacht)

Referentinnen:



Ursula Stöckl

Sozialpädagogin
Leiterin für
Meditativen Tanz
und Meditation
Märchenerzählerin



Andrea Reindl

Feldenkrais-Lehrerin
Staatl. geprüfte
Masseurin
www.buchstaeblichbewegen.de