

Anmeldung „Komm dir näher“

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu

Komm dir näher – ein Wochenende für Frauen 18. – 20. Mai 2018

mit Simone Retagne und Ramona Wagener

Name: _____ Alter: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

e-mail: _____ Telefon: _____

Datum _____ Unterschrift _____

Die Anmeldung gilt als verbindlich mit Zahlungseingang der Kursgebühr in Höhe von 230 Euro auf folgendes Konto:

Ramona Wagener, GLS Bank, IBAN: DE80 4306 0967 4116 4976 01, BIC: GENODEM1GLS

Bitte überweise innerhalb von 2 Wochen!

Bei einer Absage bis 4 Wochen vor Seminarbeginn werden Ihnen 75 % der Kosten erstattet, bei einer Absage bis 2 Wochen vor Seminarbeginn fällt eine Gebühr von 50 % an. Bei Absagen innerhalb der 2 Wochen vor Seminarbeginn, erfolgt keine Erstattung der Kursgebühr.

Die Kosten für das Frühstück an beiden Tagen (pro Tag je 10 Euro) sind direkt vor Ort zu bezahlen.

Die Zahl der Teilnehmerinnen ist auf max. 10 Personen beschränkt. So ist eine bestmögliche Betreuung aller Teilnehmerinnen gewährleistet. Jede Teilnehmerin übernimmt für ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden die volle Verantwortung.

Organisatorisches

Übernachtung ist im Gruppenraum möglich. Dazu bringe bitte eine Luftmatratze, Schlafwürfel o.ä. und einen Schlafsack mit. Wir wissen, dass dies eine Herausforderung sein kann mit fremden Menschen in einem Raum zu schlafen. Aber vielleicht kommst du dir gerade dadurch auch ein Stück näher. Falls du dennoch lieber alleine bzw. zu zweit schlafen möchtest, gibt es im Haus noch weitere Schlafmöglichkeiten (max. 3). Dafür werden pro Nacht 15 Euro berechnet. Melde dich diesbezüglich bitte bei uns!

Das Frühstück wird für beide Tage hergerichtet, sodass wir es uns an einem gedeckten Tisch gemütlich machen können ☺.

Für die restlichen Mahlzeiten bitten wir, dass jede etwas mitbringt (weitere Infos erfolgen zeitnah)

Bitte bringt bequeme und Witterungsentsprechende Kleidung mit.

Programm

Beginn: Freitagabend um 19:00 mit einem gemeinsamen Abendessen, anschließend ist Zeit zum Kennenlernen. Wir enden mit einer gemeinsamen Meditation.

Samstag:

Frühstück ab 8.30

10.00 Beginn in der Gruppe

12.30 Gemeinsames Mittagessen

Pause

15.00 Gruppe

18.00 Gemeinsames Abendessen

Anschließend: Zeit für Gespräche, Natur ...

ggf. Abschluss mit Meditation

Sonntag:

wie Samstag , jedoch Ende um 16 Uhr

Wer möchte hat die Möglichkeit an beiden Tagen morgens Qigong zu machen.

Wir freuen uns auf Euch!

Simone & Ramona

