

Anmeldung zum MBSR-Kurs 2020 bei MBSR-Lehrerin Silke Ried *Stressbewältigung durch die Praxis der Achtsamkeit (nach Jon Kabat-Zinn)*

Hiermit melde ich mich verbindlich zum MBSR-8-Wochen-Kurs „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ ____ / ____ (Kursnr. / Jahr) bei Silke Ried an.

Mir ist bekannt, dass es sich um ein angeleitetes Selbsterfahrungsprogramm handelt, welches weder eine Therapie noch eine fachärztliche Hilfe ersetzen kann und soll.

.....
Vor- und Zuname

Telefon

.....
Straße

PLZ/Ort

.....
Email-Adresse

Der Kurs umfasst acht Abende mit jeweils 2,5 Stunden sowie einen Tag der Achtsamkeit mit 6 Stunden (am Wochenende). Der Kurs findet gemäß Angabe auf der Homepage www.mindfulness-stuttgart.de statt (Kurstermine und Kursort) oder in Ausnahmefällen als Live-Videokonferenz.

Eine Teilnahme ist nur mit einem individuellen Vorgespräch möglich. Ich wurde über Inhalt und Übungsmöglichkeiten des Kurses informiert. Ich bin mir darüber im Klaren, dass ich selbstverantwortlich an dem Kurs teilnehme. Falls mir Übungen zu schwierig erscheinen oder sie für meine Gesundheit nicht hilfreich sind, spreche ich dieses an und achte auf meine persönlichen Grenzen.

Rücktrittsbedingungen: Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Kursbeginn wird eine Stornogebühr von 50 € berechnet, danach wird die Kursgebühr vollständig einbehalten. Findet sich ein/e Ersatzteilnehmer/in, wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 € erhoben oder einbehalten.

Die **Kursgebühr** gemäß Gebührenübersicht auf meiner Homepage www.mindfulness-stuttgart.de überweise ich auf folgendes Konto bei der Consorsbank:

Silke Ried IBAN: DE84 7603 0080 0250 0744 84

BIC:CSDBDE71XXX

Verwendungszweck: MBSR ____ / ____ (Kurs-Nr. / Jahr) und Ihr Name

Erst nach Eingang der Kursgebühr ist die Teilnahme gesichert.

Teilnehmeranzahl: mind. vier, maximal zehn Personen.

Bei Nichtzustandekommen des Kurses wird die Kursgebühr erstattet.

.....
Ort, Datum

Unterschrift