

## AKTIV LEBEN – VITAL BLEIBEN. NACHHALTIGE RÜCKENTRAININGS-KONZEPTE UND STRATEGIEN ALS STRESSBEWÄLTIGUNG ZUR GANZHEITLICHEN LEISTUNGSSTEIGERUNG IM BERUF.

### KURSNR. / TERMIN

FB25071: 16.03. - 21.03.2025

### GEBÜHREN

Teilnahmebeitrag: 849,00 €

EZ-Zuschlag: ab 75,00 €

### LEISTUNGEN

5 Übernachtungen mit Vollpension im 1/2 Doppelzimmer mit Etagedusche (Aufpreis mit DU/WC); Studienleitung, Programmdurchführung.

Nicht enthalten: An- und Abreise.

### DOZENT\*IN

Ina Luna Dölken:

HP(Psychotherapie), NLP-Coach, Sporttrainerin (LSB), Qi-Gong und Yogatrainerin, Entspannungs- und Klangschalenthérapeutin.

### UNTERKUNFT

KLAARSTRAND - Gruppengästehaus  
Sylt

<https://www.klaarstrand.de/>

### VERLÄNGERUNG

Auf Anfrage und Verfügbarkeit sind Zusatznächte möglich. Bitte fragen Sie über das Forum Gesundheit an.

### MATERIALIEN

Je nach Veranstaltungsort kann es möglich sein, dass Sie eine Yogamatte und ein Sitzkissen mitbringen müssten.

### ENDINFORMATIONEN

Weitere Informationen zu Ihrer Unterkunft, Materialien oder Programmänderungen erhalten Sie ca. 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltung per Post.

### EMPFEHLUNG

Wir empfehlen immer den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung bei einer Ihnen bekannten Versicherung. Eine Versicherung kann nicht über uns gebucht werden.

