

ERFOLGREICH DURCHATMEN: DIE KRAFT DER ATMUNG ZUM STRESSABBAU UND SELBSTREGULATION IN DER ARBEITSWELT.

KURSNR. / TERMIN

FB25058: 21.09. - 26.09.2025

FB25012: 16.11. - 21.11.2025

GEBÜHREN

Teilnahmebeitrag: 699,00 €

EZ-Zuschlag: 80,00 €

LEISTUNGEN

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

Nicht enthalten: An- und Abreise.

DOZENT*IN

Elke Lechner:
Yoga-Lehrerin und
Achtsamkeitstrainerin

UNTERKUNFT

Bildungsstätte Koppelsberg,
Plöner See

www.herbergen-im-norden.de/koppelsberg

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.

