**Anmeldetalon - Stressbewältigung durch Achtsamkeit**

**MBSR 8-Wochen Kurs 4.11.-23.12.2024 jeweils am Montag Vormittag**

4.11./ 11.11./ 18.11. /25.11./ 2.12./ 9.12./16.11./23.12./ 09:00 – 11:30 Uhr

Tag der Achtsamkeit in der Stadtlichtung 15.12.24 von 09.00-15.00 Uhr

**Ort:** «Raum Feldegg» Feldeggstrasse 3, 9113 Degersheim



**Bitte bis 22.10.2024 senden an:**

mbsrjd@gmail.com

Jigme Dahortsang



Berghofstrasse 10c

8421 Dättlikon

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Hiermit bestätige ich die verbindliche Teilnahme am Kurs\* - MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit ab 4.11.-23.12.2024**

Name\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Vorname\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Adresse/Ort /Plz\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Geboren am: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Telefonnummer\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Handy\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Wichtig geben Sie eine Telefonnummer an, wo Sie während den Bürozeiten erreichbar sind). **Email:**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\*Nach Erhalt der Anmeldung kontaktiere ich Sie zu einem telefonischen Vorgespräch. Mit der Teilnahmebestätigung erhalten Sie einen Einzahlungsschein. Bitte die Kurskosten von CHF 790.- bis am 4.11.2024 einzahlen. (Kosten, inkl. Kursmaterialien und Tag der Achtsamkeit). Viele Zusatz-krankenversicherungen übernehmen einen Teil der Kosten; sie erhalten am Ende des Kurses eine Bestätigung für Ihre KK. Bitte erkundigen Sie sich vorgängig direkt bei Ihrer Versicherung.

Stornobedingungen:

Nach dem Vorgespräch bis 22 Tage vor Kursbeginn 50.-

* 21 Tage vor Kursbeginn 20% des Richtpreises
* 14 Tage vor Kursbeginn 50% des Richtpreises
* 7 Tage vor Kursbeginn 100% des Richtpreises

Ich akzeptiere die Stornobedingungen und bestätige, dass ich in eigener Verantwortung für mein körperliches und psychisches Wohlergehen an diesem Kurs teilnehme.