

# Weiterbildung 2013

Zusatzqualifikationen für pädagogische Fachkräfte



Stressmanagement-TrainerIn  
Kursleitung Autogenes Training  
Kursleitung Progressive Muskelrelaxation  
EntspannungstrainerIn für Kinder/Jugendliche

---

2. Halbjahr 2013



**Christina Knorr**

**Coaching · Supervision · Entspannung**



# Inhalt

<b>Weiterbildung zur Kursleitung Autogenes Training</b>	<b>4</b>
<b>Weiterbildung zur Kursleitung Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson</b>	<b>6</b>
<b>Weiterbildung zur/zum EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche</b>	<b>8</b>
<b>Weiterbildung zur/zum TrainerIn für Stressmanagement</b>	<b>12</b>
<b>Möglichkeiten der finanziellen Förderung</b>	<b>14</b>
<b>Bildungsurlaub</b>	<b>14</b>
<b>Anmeldung</b>	<b>15</b>

# Weiterbildung zur Kursleitung Autogenes Training

**Autogenes Training** ist hierzulande der Klassiker unter den Entspannungstechniken. Es wurde um 1920 von Prof. H. Schultz, einem Berliner Neurologen und Psychiater, von der Hypnose ausgehend entwickelt. Autogenes Training ist ein auf Autosuggestion basierendes Entspannungsverfahren, bei dem sich die Übenden in einen selbst erzeugten (autogenen) Ruhezustand versetzen. Die positiven Effekte dieses Entspannungsverfahrens, das eine Art Selbsthypnose darstellt, sind wissenschaftlich belegt.

**Die Übenden lernen**, wie sie sich entspannen und dadurch das vegetative Nervensystem ins Gleichgewicht bringen, sowie anschließend wieder in eine gesunde mittlere Spannung zurückzukehren, die leistungsfähiger und gelassener macht.

**Die Kursleitung** leitet die Übenden (im Einzelsetting oder in der Gruppe) dazu an, die Formeln des Autogenen Trainings umzusetzen, so dass die Übenden bei sich auf körperlicher und psychischer Ebene Entspannung hervorrufen. In den Reflexionsgesprächen unterstützt die Kursleitung die Übenden bei der Behebung von Schwierigkeiten und der Linderung möglicher Ängste und Widerstände. Für das Erreichen persönlicher Ziele werden in der Mittelstufe individuelle persönliche formelhafte Vorsätze formuliert.

**Die Ausbildungen** entsprechen den im Leitfaden für Prävention genannten Kriterien sowohl hinsichtlich der Anzahl an Unterrichtseinheiten als auch inhaltlich.

**Zielgruppe** dieser Ausbildung sind alle Personen, die im psychosozialen Bereich arbeiten: Sozialpädagoginnen, Lehrer, Physiotherapeutinnen, Krankengymnasten, Ergotherapeutinnen, Sportlehrer, Gesundheitspädagoginnen, Heilpädagogen, Erzieherinnen, aber auch Arzthelfer, Krankenpflegerinnen, Seelsorger, Trainerinnen, Berater und Coachinnen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob diese Ausbildung für Sie das Richtige ist, dann können Sie sich gerne an mich wenden.

**Methoden** die zum Einsatz kommen sind: Vortrag, Eigenübung, Gruppengespräch, Lehrprobe

**Supervision** Zu den Lübecker Kursen gehören jeweils eine Gruppen-Supervisionssitzung (à 90 Min.), in der Sie Ihre ersten Erfahrungen mit Ihrer neuen Rolle/Aufgabe reflektieren und schwierige Situationen bearbeiten können.

## Inhalt:

- ♠ Geschichte, Theorie und Praxis des Autogenen Trainings
- ♠ Grundlagen der Stresstheorie und psychophysischen Entspannungsreaktion
- ♠ Umgang mit Schwierigkeiten, Ängsten und Widerständen der Teilnehmenden
- ♠ Selbsterfahrungsübungen
- ♠ Besonderheiten bei Kursen mit Kindern und Jugendlichen (Kurs Erw/Ki/Ju)
- ♠ Formelhafte Vorsatzbildung
- ♠ Kurs-Planung, Entwicklung/Durchführung von Seminaren, praktische Übungen
- ♠ Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90 Minuten
- ♠ Arbeiten mit Gruppen
- ♠ Lehrprobe, Zertifikat

# Kursleitung Autogenes Training



**Dauer:** 32 UE (entspricht dem GKV-Leitfaden Prävention)

**Termine:** Kurs AT.A: 5. August - 23. September 2013, montags, 9-12 Uhr, 8x  
**Supervision: Mo. 18. November, 9-10.30 Uhr**

Kurs AT.B: 12.-14. August 2013, 9-17.30 Uhr  
**Supervision: 27. September, 16.30-18 Uhr**

Kurs AT.C: 3.-5. Oktober 2013, 9-17.30 Uhr  
**Supervision: Mo., 2. Dezember 2013, 8.30-10 Uhr**

**Wo:** Praxis, Mühlenbrücke 3, Lübecker Altstadt

**Kosten:** 370€ p. P. (Umsatzsteuer befreit gem. §4 Abs. 21 UStG)  
**Ratenzahlung möglich**

**340€ für Frühbuchende: bei verbindlicher Anmeldung bis 30. Juni 2013**  
(Seminar, Pausengetränke, Seminarunterlagen, Zertifikat, Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90 Minuten, Gruppensupervision 90 Min.)  
**5-10 Personen**

**Zertifikat:** Kursleitung Autogenes Training

Kurse B+C sind bisher in **Berlin, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Sachsen-Anhalt** und im **Saarland** als **Bildungsurlaub** anerkannt. Weitere Bundesländer auf

# Weiterbildung zur Kursleitung

## Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson

**Progressive Muskelrelaxation** nach Jacobson, die auch PME, PMR oder Progressive Muskelentspannung genannt wird, wurde in den 20er Jahren von Edmund Jacobson entwickelt. Bei der PMR wird die Tiefenentspannung durch gezieltes Anspannen und Entspannen von einzelnen Muskeln und Muskelpartien erreicht. Durch regelmäßiges Durchführen dieser An- und Entspannung wird mit der Zeit eine spürbare Entspannung der Muskeln erzielt. Bedeutender ist in den meisten Fällen jedoch die Tatsache, dass damit auch innere Spannungen, wie zum Beispiel Unruhe, Nervosität oder Angst, gelöst und ein verbessertes Körpergefühl erreicht werden kann. Zudem schulen die Teilnehmenden ihre Körperwahrnehmung, so dass mit der Zeit die spontane Entspannung der Muskulatur möglich wird.

**Die Übenden lernen**, wie sie sich entspannen und dadurch das vegetative Nervensystems ins Gleichgewicht bringen, sowie anschließend wieder in eine gesunde mittlere Spannung zurückzukehren, die leistungsfähiger und gelassener macht.

**Die Kursleitung** leitet die Übenden dazu an (im Einzelsetting oder in der Gruppe), die PMR umzusetzen, so dass die Übenden bei sich auf körperlicher und psychischer Ebene Entspannung hervorrufen. In den Reflexionsgesprächen unterstützt die Kursleitung die Übenden bei der Behebung von Schwierigkeiten und der Linderung möglicher Ängste und Widerstände.

**Die Ausbildungen** entsprechen den im Leitfaden für Prävention genannten Kriterien sowohl hinsichtlich der Anzahl an Unterrichtseinheiten als auch inhaltlich.

**Zielgruppe** dieser Ausbildung sind alle Personen, die im psychosozialen Bereich arbeiten: Sozialpädagoginnen, Lehrer, Physiotherapeutinnen, Krankengymnasten, Ergotherapeutinnen, Sportlehrer, Gesundheitspädagoginnen, Heilpädagogen, Erzieherinnen, aber auch Arzthelfer, Krankenpflegerinnen, Seelsorger, Trainerinnen, Berater und Coachinnen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob diese Ausbildung für Sie das Richtige ist, dann können Sie sich gerne an ich wenden.

**Methoden** die zum Einsatz kommen sind: Vortrag, Eigenübung, Gruppengespräch, Lehrprobe

**Supervision** Zu den Lübecker Kursen gehören jeweils eine Gruppen-Supervisionssitzung (á 90 Min.), in der Sie Ihre ersten Erfahrungen mit Ihrer neuen Rolle/Aufgabe reflektieren und schwierige Situationen bearbeiten können.

### Inhalt:

- ✦ Geschichte, Theorie und Praxis der Progressiven Muskelrelaxation
- ✦ Grundlagen der Stresstheorie und psychophysischen Entspannungsreaktion
- ✦ Umgang mit Schwierigkeiten, Ängsten und Widerständen der Teilnehmenden
- ✦ Selbsterfahrungsübungen
- ✦ Besonderheiten bei Kursen mit Kindern und Jugendlichen (Kurs Erw/Ki/Ju)
- ✦ Kurs-Planung, Entwicklung/Durchführung von Seminaren, praktische Übungen
- ✦ Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90 Minuten
- ✦ Arbeiten mit Gruppen
- ✦ Lehrprobe, Zertifikat

# Kursleitung Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson



**Dauer:** 32 UE (entspricht dem GKV-Leitfaden Prävention)

**Termine:** Kurs PM.A: **5. August -23. September 2013, montags, 17-20 Uhr, 8x**  
**Supervision: Mo., 18. November 2013, 17-18.30 Uhr**

**Neu:** Kurs PM.B: **17. September - 19. November 2013, dienstags, 17-20Uhr, 8x**  
nicht am 8.+15.10.2013 (Herbstferien)  
**Supervision: Di., 17. Dezember, 17-18.30 Uhr**

**Neu:** Kurs PM.C: **25.-27.11.2013, jeweils 9-17.30 Uhr**  
**Supervision: 31. Januar 2014, 18-19.30 Uhr**

**Wo:** Praxis, Mühlenbrücke 3, Lübecker Altstadt

**Kosten:** 370€ p. P. (Umsatzsteuer befreit gem. §4 Abs. 21 UStG)  
**Ratenzahlung möglich**

Kurs PM.C ist bisher in  
**Berlin, Niedersachsen,  
Rheinland-Pfalz** und im  
**Saarland, Sachsen-  
Anhalt** als  
**Bildungsurlaub**  
anerkannt. Weitere  
Bundesländer auf

**340€ für Frühbuchende: bei verbindlicher Anmeldung bis 30. Juni 2013**  
(Seminar, Pausengetränke, Seminarunterlagen, Zertifikat, Konzept für  
Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90 Minuten, Gruppensupervision 90 Min.)  
**5-10 Personen**

**Zertifikat:** Kursleitung Progressive Muskelentspannung

# Weiterbildung zum/zur EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche

Auch Kinder und Jugendliche leiden unter Stress. Sie zeigen dies beispielsweise durch äußerliche Unruhe („Zappeln“), Unkonzentriertheit, Lernschwierigkeiten und Verhaltensauffälligkeiten. Neben Ihrer Aufgabe, die Kinder, Jugendlichen und Familien bei der Reduzierung möglicher Ursachen (familiäre Konflikte, Schlafmangel, Über-/Unterforderung u. a.) zu unterstützen, bieten Sie durch den Einsatz von Entspannungstechniken Entlastung bei der Bewältigung von Stress.

**In dieser Ausbildung erlernen Sie** den professionellen Einsatz unterschiedlicher Entspannungsmethoden für Kinder und Jugendliche. Er befähigt Sie zur Durchführung von Entspannungskursen mit Kinder- und Jugendgruppen sowie in der Arbeit mit Einzelnen.

**Die Ausbildungen** entsprechen den im Leitfaden für Prävention genannten Kriterien sowohl hinsichtlich der Anzahl an Unterrichtseinheiten als auch inhaltlich.

**Zielgruppe** dieser Ausbildung sind alle Personen, die im psychosozialen Bereich arbeiten: Sozialpädagoginnen, Lehrer, Physiotherapeutinnen, Krankengymnasten, Ergotherapeutinnen, Sportlehrer, Gesundheitspädagoginnen, Heilpädagogen, Erzieherinnen, aber auch Arzthelfer, Krankenpflegerinnen, Seelsorger, Trainerinnen, Berater und Coachinnen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob diese Ausbildung für Sie das Richtige ist, dann können Sie sich gerne an mich wenden.

**Methoden** die zum Einsatz kommen sind: Vortrag, Eigenübung, Gruppengespräch, Lehrprobe

**Supervision** Zu den Lübecker Kursen gehören jeweils eine Gruppen-Supervisionssitzung (á 90 Min.), in der Sie Ihre ersten Erfahrungen mit Ihrer neuen Rolle/Aufgabe reflektieren und schwierige Situationen bearbeiten können.

## Inhalt:

- ◆ Grundlagen der psychophysischen Entspannungsreaktion
- ◆ Geschichte, Theorie und Praxis des Autogenen Trainings
- ◆ Progressive Muskelrelaxation für Kinder
- ◆ Umgang mit Schwierigkeiten, Ängsten und Widerständen der Teilnehmenden
- ◆ Grundlagen der Stresstheorie
- ◆ Besonderheiten bei Kursen mit Kindern und Jugendlichen
- ◆ Formelhafte Vorsatzbildung
- ◆ Fantasiereisen
- ◆ meditative Spiele, Stilleübungen, Atemspiele
- ◆ Körpererfahrungs- und Massagespiele
- ◆ Arbeit mit Mandalas
- ◆ methodisch-didaktische Grundlagen zum Aufbau einer Kurseinheit
- ◆ praktische Durchführung
- ◆ Kurseinheiten nach Zielgruppen: Kinder, SchülerInnen, Jugendliche, Eltern-Kind- Gruppen
- ◆ Kurs-Planung, Entwicklung/Durchführung von Seminaren, praktische Übungen
- ◆ Lehrprobe, Zertifikat

**Vorkenntnisse:** Für das Zertifikat EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche ist das Zertifikat *Kursleitung Autogenes Training* oder *Kursleitung Progressive Muskelrelaxation* Voraussetzung (Reihenfolge der Kursbelegung frei wählbar).



# EntspannungstrainerIn für Kinder/Jugendliche



**Dauer:** **2 Tage** (18 UE á 45 Min., entspricht dem GKV-Leitfaden Prävention)

**Termine:** Kurs ET.A: **15. – 16. August 2013 , 9-17.30 Uhr**

Kurs ET.A: **26.-27. September, 2013, 9-17.30 Uhr**

**Wo:** **Praxis Mühlenbrücke 3, Lübecker Altstadt**

**Kosten:** **250€ p. P.** (Umsatzsteuer befreit gem. §4 Abs. 21 UStG)  
**Ratenzahlung möglich**

**220€ für Frühbuchende:**

**bei verbindlicher Anmeldung bis 30. Juni 2013**

(Seminar, Pausengetränke, Seminarunterlagen, Zertifikat, Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90 Minuten, Gruppensupervision 90 Min.)

**5-10 Personen**

**Zertifikat:** **EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche**

**Vorkenntnisse:** Für das Zertifikat EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche ist das Zertifikat *Kursleitung Autogenes Training* oder *Kursleitung Progressive Muskelrelaxation* Voraussetzung (Reihenfolge der Kursbelegung frei wählbar).

# Entspannt lernt es sich besser!

Nehmen Sie sich Zeit:

Genießen Sie die Kombination von Komponenten, die sich in unserem Alltag häufig ausschließen:

- ❖ Lernen und Entspannen
- ❖ neues Wissen erwerben und Zeit haben
- ❖ arbeiten und sich versorgen lassen!

Erleben Sie eine intensive Woche mit viel Input und gehen Sie danach entspannt ins Wochenende!

Sie erwerben mit diesem Seminar zwei Zertifikate:

- ❖ Kursleitung Autogenes Training für Kinder und Erwachsene
- ❖ Kursleitung Entspannungstraining für Kinder und Jugendliche

# EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche und Kursleiterin Autogenes Training

im Seminarhaus Academia Balance



**Dauer:** **fünf Tage** (50 UE á 45 Min., entspricht dem GKV-Leitfaden Prävention)

**Termine:** Kurs ETAT.A: **14.-18.10.2013 (Beginn Mo. 11 Uhr, Ende Freitag 15 Uhr)**  
**(einmalige telefonische Beratung im Anschluss an das Seminar)**

**Wo:** **Seminarhaus Academia Balance** (<http://www.seminarhaus-hessen.de/>)

**Kosten:** **690€ p. P.** (Umsatzsteuer befreit gem. §4 Abs. 21 UStG)  
**Ratenzahlung möglich**

**630€ für Frühbuchende: bei verbindlicher Anmeldung bis 30. Juni 2013**  
(Seminar, 4 Übernachtungen im Einzelzimmer mit Dusche/WC, Vollpension,  
Seminarunterlagen, Zertifikat, Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90  
Minuten, bei Bedarf ist ein nachfolgendes beratendes Telefonat mgl.)  
**8-15 Personen**

**Zertifikate:** **KursleiterIn Autogenes Training**  
**EntspannungstrainerIn für Kinder und Jugendliche**

Diese Seminarwoche ist  
in **Niedersachsen,**  
**Berlin, Rheinland-Pfalz**  
und im **Saarland** als  
**Bildungsurlaub**  
anerkannt. Weitere  
Bundesländer auf  
Nachfrage

# Weiterbildung zum/zur Stressmanagement-TrainerIn

Die theoretische Grundlage des Kurses bildet das Stressimpfungstraining (SIT) nach Meichenbaum. **Donald Meichenbaum** ist ein US-amerikanischer Psychotherapeut. Er gilt als einer der Gründer der kognitiven Verhaltenstherapie. Die von ihm entwickelte Methode dient dazu, Stress hervorrufende Ereignisse zu bewältigen und die richtige Balance zwischen Anforderungen und Entspannung zu finden.

**Die Übenden lernen** Stress auslösende Situationen neu zu bewerten und reduzieren so ihr Stressempfinden. Sie erlernen Strategien zur Stressbewältigung, wenden diese in einer Stress auslösenden Situation an und reflektieren die Wirkung. Sie steigern ihr Wohlbefinden.

**Als Stressmanagement-TrainerIn** beraten Sie Gruppen und Einzelpersonen zum Thema Stressmanagement und Stressbewältigung. Sie stellen dar, dass nicht die Ereignisse selbst, sondern die Art, wie wir sie wahrnehmen, Stress auslösen. Sie erarbeiten gemeinsam mit den Teilnehmenden praktikable Bewältigungsstrategien und unterstützen sie bei der Umsetzung.

**In der Ausbildung erwerben Sie** das dazu nötige Wissen über die individuellen physiologischen und psychologischen Auswirkungen von Stress, sowie über adäquate Bewältigungsstrategien. Die Kombination aus theoretischem Wissen und einer umfangreichen Methodenkompetenz befähigt Sie zur zielgruppengerechten Auswahl an Maßnahmen.

**Die Ausbildungen** entsprechen den im Leitfaden für Prävention genannten Kriterien sowohl hinsichtlich der Anzahl an Unterrichtseinheiten als auch inhaltlich (multimodale Stressbewältigung).

**Zielgruppe** dieser Ausbildung sind alle Personen, die im psychosozialen Bereich arbeiten: Sozialpädagoginnen, Lehrer, Physiotherapeutinnen, Krankengymnasten, Ergotherapeutinnen, Sportlehrer, Gesundheitspädagoginnen, Heilpädagogen, Erzieherinnen, aber auch Arzthelfer, Krankenpflegerinnen, Seelsorger, Trainerinnen, Berater und Coachinnen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob diese Ausbildung für Sie das Richtige ist, dann können Sie sich gerne an mich wenden.

**Methoden** die zum Einsatz kommen sind: Vortrag, Eigenübung, Gruppengespräch, Lehrprobe

**Supervision** Zu den Kursen gehören jeweils eine Gruppen-Supervisionssitzung (á 90 Min.), in der Sie Ihre ersten Erfahrungen mit Ihrer neuen Rolle/Aufgabe reflektieren und schwierige Situationen bearbeiten können.

## Inhalt

- ◆ Grundlagen der Stresstheorie und psychophysischen Entspannungsreaktion
- ◆ Stressbewältigungsmethoden: Emotionale, somatische, kognitive und behaviorale Ebene
- ◆ Kursplanung, Entwicklung/Durchführung von Seminaren, praktische Übungen
- ◆ Einsatz von Methoden und Techniken zur Stressbewältigung, Stressreduktion und Stressvermeidung
  - Gedankenstopp-Technik, positive Selbstinstruktion, formelhafte Vorsatzbildung, Entspannungstechniken, kognitive Strategien, Zielsetzungstraining, Problemlösungstraining, Genusstraining, Zeit- und Selbstmanagement, Selbstmotivierung und -mobilisierung,
- ◆ Umgang mit Schwierigkeiten, Ängsten und Widerständen der Teilnehmenden
- ◆ Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten á 90 Minuten
- ◆ Arbeit mit Gruppen
- ◆ Lehrprobe, Zertifikat

# Stressmanagement-TrainerIn



- Dauer:** 34 UE (entspricht dem GKV-Leitfaden Prävention)
- Termine:** Kurs SM.A: **23. September-18. November 2013, mo., 9-12 Uhr, 8x**  
**Supervision: Mo. 16. Dezember, 11-12.30 Uhr**
- neu!** Kurs SM.B: **Zusätzlicher Kurs ab Ende Oktober 2013:**  
**Die Termine werden mit den Teilnehmenden vereinbart!**
- neu!** Kurs SM.C: **22.-24. November, jeweils 9-18.30 Uhr,**  
**Supervision: Termin (Januar 2013) wird im Kurs vereinbart**
- Wo:** **Praxis, Mühlenbrücke 3, Lübecker Altstadt**
- Kosten:** **370€ p. P.** (Umsatzsteuer befreit gem. §4 Abs. 21 UStG)  
**Ratenzahlung möglich**
- 340€ für Frühbuchende:**  
**bei verbindlicher Anmeldung bis 30. Juni 2013**  
(Seminar, Pausengetränke, Seminarunterlagen, Zertifikat, Konzept für Präventionskurse mit 8 Einheiten à 90 Minuten, Gruppensupervision 90 Min.)  
**5-10 Personen**
- Zertifikat:** **Stressmanagement-TrainerIn**
- Vorkenntnisse:** Für die Teilnahme ist das Zertifikat *Kursleitung Autogenes Training* oder *Kursleitung Progressive Muskelrelaxation* Voraussetzung.

# Möglichkeiten der finanziellen Förderung



## Die Bildungsprämie

Wenn Sie erwerbstätig sind und Ihr zu versteuerndes Jahreseinkommen unter 25.600€ (51.200€ bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt, können Sie den Prämiegutschein erhalten. Auch BerufsrückkehrerInnen und Mütter/Väter in Elternzeit können den Prämiegutschein bekommen.

Mit dem Prämiegutschein übernimmt der Bund 50% Ihrer Weiterbildungskosten, maximal 500€ im Jahr. Sie können den Prämiegutschein unbürokratisch und schnell in einem Beratungsgespräch (kostenlose Info-Hotline 0800 2623 000) erhalten. Der Gutschein muss vor dem Besuch der Veranstaltung ausgestellt werden.

## Bildungsurlaub

Für alle im Programm aufgeführten drei- und fünftägigen Veranstaltungen wurde die Anerkennung als Bildungsurlaub beantragt. Bereits anerkannt sind diese Veranstaltungen als Bildungsurlaub in Niedersachsen, Saarland und Rheinland-Pfalz.

Die aktuellen Anerkennungen können Sie im Weiterbildungsprogramm auf der Homepage [www.ChristinaKnorr.de](http://www.ChristinaKnorr.de) einsehen.

# Anmeldung

Ich melde mich für folgende Veranstaltung (Seminartitel + Datum) an:

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

Str.: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

**Anmerkungen:** \_\_\_\_\_

## Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Die Anmeldung ist persönlich, telefonisch oder schriftlich möglich. Nach der Anmeldung erhalten Sie ein Schreiben mit der Bankverbindung und der Aufforderung, die Kurskosten (mindestens 50%) innerhalb von zehn Tagen zu überweisen. Wenn eine Anzahlung von mindestens 50% der Seminarkosten eingegangen ist, gilt der Platz als reserviert. Sie erhalten eine schriftliche verbindliche Anmeldebestätigung. Der Restbetrag ist spätestens zwei Wochen vor Seminarbeginn zu zahlen.

### Rücktritt

Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn wird die Gebühr vollständig zurückerstattet. Bei einem Rücktritt zwischen zwei und vier Wochen vor Kursbeginn ist die Hälfte der Kursgebühr fällig und bei einem Rücktritt innerhalb von 14 Tagen vor Seminarbeginn müssen die vollen Kursgebühren gezahlt werden, sollte der Platz nicht neu vergeben werden können.

### Verantwortung + Haftung

Die Teilnahme an allen Einzel- und Gruppensitzungen erfolgt auf eigene Verantwortung und ersetzt keine ärztliche Behandlung oder Therapie. *Christina Knorr – Coaching, Supervision, Entspannung* haftet weder für Schäden die auf der An- oder Heimreise, noch für solche, die während der Veranstaltung entstehen. Gerichtsstand ist Lübeck.

Sollte ein Kurs nicht zustande kommen, wird er spätestens eine Woche (bei Wochenkursen zwei Wochen) vor eigentlichem Beginn abgesagt, die Kursgebühr wird vollständig erstattet. Schadensersatzansprüche können nicht geltend gemacht werden.

**Ich erkenne die Teilnahmebedingungen an und melde mich zur o. g. Veranstaltung an.**

**Datum:** \_\_\_\_\_ **Unterschrift:** \_\_\_\_\_