

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

### KURSNR. / TERMIN

FB25025: 07.09. - 12.09.2025

### GEBÜHREN

Teilnahmebeitrag: 849,00 €

EZ-Zuschlag: 135,00 €

### LEISTUNGEN

5 Übernachtungen mit Vollpension im 1/2 Doppelzimmer 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

Kloster Steinfeld, Eifel

[www.kloster-steynfeld.com](http://www.kloster-steynfeld.com)

### 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.



Forum Gesundheit  
[www.forum-gesundheit-nrw.de](http://www.forum-gesundheit-nrw.de)  
[bildungsurlaub@forum-gesundheit-nrw](mailto:bildungsurlaub@forum-gesundheit-nrw)  
02303/22441

