

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

KURSNR. / TERMIN

FB26006: 11.10. - 16.10.2026

GEBÜHREN

Teilnahmebeitrag: 799,00 €

EZ-Zuschlag: 100,00 €

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

DJH-Resort Neuharlingersiel

www.jugendherberge.de/jugendherbergen/djh-resort-neuharlingersiel/

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
bildungsurlaub@forum-gesundheit-nrw.de
02303/22441

