

Bildungsurlaub: Jin Shin Jyutsu. Wege für mehr Resilienz, Gesundheit und Erfolg am Arbeitsplatz.

Info:

Im beruflichen Alltag steigt die Anzahl der Menschen, die aufgrund von Rückenschmerzen und Burnout ausfallen. Hier setzt Jin Shin Jyutsu auf sanfte Weise an und hilft uns dabei, uns selbst besser kennenzulernen. Dadurch erlangen wir die Kompetenz, frühzeitig Maßnahmen zu ergreifen, um unsere berufliche Leistungsfähigkeit zu erhalten und unsere Stressresistenz deutlich zu verbessern. Jin Shin Jyutsu - die Kunst, sich selbst kennenzulernen - unterstützt uns dabei, unsere eigene Widerstandskraft zu stärken, unsere Gesundheit aufrechtzuerhalten oder wiederzuerlangen und mit voller Energie dem Arbeitsleben zur Verfügung zu stehen.

Termin:

- FG24634 06.10. - 11.10.2024

Unterrichtseinheiten: 40 UE

TeilnehmerInnenanzahl: 8 - 16

Gebühren:

TN-Beitrag: 799,00 €
EZ-Zuschlag: 110,00 €

Leistungen:

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

Nicht enthalten: An- und Abreise.

**Anerkennungen:**

Für die meisten Bundesländer liegt eine Anerkennung vor. Eine aktuelle Auflistung finden Sie auf unserer Homepage. Weitere Anerkennungen werden auf Anfrage beantragt.

Dozent/in: Almut Krüger, Trainerin für Kommunikation, Stressmanagement, Yoga und Pilates

Kursort: Bildungshaus St. Martin - Kloster Bernried, Starnberger See

Unterkunft:

Bildungshaus St. Martin - Kloster Bernried
Klosterhof 8
82347 Bernried am Starnberger See

Telefon: 08158 2550

Internet: www.bildungshaus-bernried.de

Verlängerungsnächte:

Auf Anfrage und Verfügbarkeit möglich. Bitte über das Forum Gesundheit anfragen.

Verpflegung:

Der Bildungsurlaub beinhaltet die Verpflegung Vollpension.

**Materialien:**

Bitte bringen Sie eine Yoga- bzw. Isomatte, ein Kissen und bequeme Kleidung mit.

Anreise:

Die Reisemöglichkeiten mit dem PKW nach Bernried am Starnberger See sind sehr vielfältig. Bitte nutzen Sie für Ihre individuelle Anreise ein Navigationssystem oder die Anreiseinformationen über google maps.

Das Seminarhaus Bernried kann mit den öffentlichen Verkehrsmitteln Bus und Bahn erreicht werden. Mit der S6 von München bis Tutzing. ab Tutzing fährt regelmäßig der Bus 9614 Richtung Penzberg. Von der Haltestelle Bahnhof Bernried sind es ca. 15 Minuten zu Fuß.

Endinformationen:

Hinweise zu Wegbeschreibungen zeitliche Programmänderungen, Hotelinformationen zum Kloster und weitere Informationen erhalten Sie ca. 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltung.

Empfehlung:

Wir empfehlen immer den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung bei einer Ihnen bekannten Versicherung. Eine Reise-Rücktrittsversicherung kann über das Forum Gesundheit nicht gebucht werden.