

## MEHR KRAFT UND ENERGIE IM BERUF. DIE ENTWICKLUNG VON OPTIMIERUNGSSTRATEGIEN FÜR EINEN REGULIERENDEN STRESSLEVEL UND EINE ERHÖHTE BERUFLICHE EFFIZIENZ. YOGA ALS BEGLEITER UND SUPPORT-QUELLE.

### KURSNR. / TERMIN

FB26014: 17.05. - 22.05.2026

### GEBÜHREN

Teilnahmebeitrag: 699,00 €  
EZ-Zuschlag: ab 80,00 €

### LEISTUNGEN

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

Nicht enthalten: An- und Abreise.

### DOZENT\*IN

Meike Nachtwey:  
Heilpraktikerin (Psychotherapie),  
Yogalehrerin & -therapeutin

### UNTERKUNFT

Bildungszentrum DLRG Gästehaus,  
Eckernförde  
<https://dlrg-gaestehaus.de/>

### 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.de](mailto:bildungsurlaub@forum-gesundheit-nrw.de)  
02303/22441

