

**Bildungsurlaub:****Der inneren Balance begegnen. Methoden zur Stärkung der kognitiven und physischen Flexibilität als Anstoß im Beruf.****Info:**

In Gesprächen sowie in der Bewegung werden berufliche und gesellschaftliche Themen reflektiert und neue Perspektiven eingenommen. Die Improvisation und den Tanz nutzen wir als eine Ressource zur Förderung der Kreativität, Spontaneität und Flexibilität. Ziel ist es, uns von Tag zu Tag lebendiger im eigenen Körper zu fühlen, gesunde Körperhaltungen einzunehmen und ein differenzierteres Körpergefühl zu entwickeln.

**Termin:**

- FG23640 16.07. - 21.07.2023

**Unterrichtseinheiten:** 40 UE**TeilnehmerInnenanzahl:** 8 - 16**Gebühren:**

- TN-Beitrag: 779,00 €
- EZ-Zuschlag: 100,00 €
- Ohne Unterkunft: ab 399,00 €

**Leistungen:**

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

Nicht enthalten: An- und Abreise.

**Seminarinhalte:**

- Kreativität und Spontaneität als Ressource
- innere Beweglichkeit und Flexibilität im Umgang mit Herausforderungen, Veränderungen und Übergängen
- Freude und Leichtigkeit an der natürlichen Bewegung; Motivation für Gesundheitsförderung
- Entspannung, Strategien der Stressbewältigung

**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:**

Tara Götz

**Unterkunft:**

Seminarhotel Kunze-Hof  
Deichstraße 16-18; 26937 Stadland-Seefeld  
Homepage: [www.kunze-hof.de](http://www.kunze-hof.de)  
E-Mail: [kunze-hof@t-online.de](mailto:kunze-hof@t-online.de)

**Verlängerungsnächte:**

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

**Verpflegung:**

Der Bildungsurlaub beinhaltet Vollpension als Verpflegung.

**Anreise:**

Mit der Bahn erreichen Sie das Seminarhotel über den Bahnhof Nordenham oder Rodenkirchen. Von hier aus nehmen Sie bitte ein Taxi, da die Fahrzeit noch ca. 15 Minuten beträgt. Sie können gerne das Seminarhotel bezüglich des Taxitransfers kontaktieren.

Falls Sie mit dem PKW anreisen, finden Sie die beste Route entweder mit Ihrem Navi oder über google.maps. Das Seminarhotel verfügt über ausreichend Parkplätze.

**Endinformationen:**

Hinweise zu zeitliche Programmänderungen, Hotelinformationen 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 Unna nicht gebucht werden.