



andrea steiner ■ atemtherapeutin IKP / integrative Beraterin IBP / yogalehrerin SKA

YOGA 1. SEMESTER 2019

INHALT:

Asana (Körperhaltungen für Stabilität und Ausrichtung)
Pranayama (Atemkontrolle für Ruhe und innere Kraft)
Meditation (zur Sammlung und Konzentration)
Atemübungen (für Leichtigkeit und Vertrauen)

LEHRERIN:

Andrea Steiner, Yogalehrerin SKA nach der Methode von B.K.S. Iyengar (Diplom 2003)
Gründerin des ‚insich‘ in Bern 2005
Weiterbildungen in Indien und Deutschland

ORT:

insich – Ahornweg 11, 3012 Bern

MITTWOCH ABEND 18UHR (90Min/Einheit):

Januar: 16., 23., 30.

Februar: 13., 20., 27.

März: 6., 20., 27.

April: 3., 10.,

Mai: 1., 8., 15., 22.

Juni: 5., 12., 19., 26.

KLEIDUNG:

Bequeme Kleidung (2 Schichten)
Warme Socken

MATERIAL:

Yogamatten und weitere Hilfsmittel werden zur Verfügung gestellt.

ANMELDUNG FÜR EINE ODER MEHRERE EINHEITEN AN:

Frau

Steiner Andrea

Tel. 031 302 05 51

oder per Mail: info@insich.ch

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich an für alle, oder einzelne Daten an.
Verwenden Sie dazu den Anmeldetalon. Kurzfristige Anmeldungen sind nach Absprache
je nach Situation möglich.

KOSTEN:

Ganzer Kurs (19mal = 665.-) reduzierter Preis: CHF 635.-

Einzelabende: je Abend CHF 38.- inkl. MwSt.

Einzahlung: Credit Suisse, 3001 Bern, Zugunsten von: 247367-00-1,

Frau Andrea Steiner, 3012 Bern, PC-Konto 30-3200-1, Clearing No: 4835 IBAN CH95
0483 5024 7367 0000 1

Auf Wunsch schicke ich Ihnen einen Einzahlungsschein.

NOV 18

insich ■ ahornweg 11 ■ 3012 bern ■ info@insich.ch ■ www.insich.ch ■ 031 302 05 51



andrea steiner ■ atemtherapeutin IKP / integrative Beraterin IBP / yogalehrerin SKA

ANMELDUNG FÜR YOGA IN BERN 1. Semester 2019

Gewünschtes bitte ankreuzen:

- Anmeldung für alle Daten 1. Semester 2019 (CHF 635.- inkl. MwSt)
- Anmeldung für einzelne Daten (pro Mal CHF 38.- inkl. MwSt)

Ich nehme an folgenden Daten teil:

.....

RECHTLICHES:

ICH BIN MIT DEN ALLGEMEINEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN EINVERSTANDEN UND MELDE MICH VERBINDLICH FÜR DEN YOGAKURS 1. SEMESTER 2019 IN BERN AN

Name/Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon (Privat, Mobile, Geschäft) _____

E-Mail _____

Beruf _____

Geburtsdatum _____

Ich bin mit den Bedingungen einverstanden und melde mich hiermit an:

Datum/Unterschrift _____

NOV 18



andrea steiner ■ atemtherapeutin IKP / integrative Beraterin IBP / yogalehrerin SKA

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Allgemeine Bedingungen:

Ihre Kursteilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Anmeldung:

Ihre Anmeldung erfolgt schriftlich. Diese Anmeldung wird bestätigt und gilt dann verbindlich.

Gesundheit:

Vorhandene Krankheiten, Verletzungen und vergangene Operationen sind der Kursleiterin mitzuteilen.

Für Unfälle ihrerseits wird nicht gehaftet. Es gibt keine Rückerstattung des bezahlten Kursgeldes, weder in Krankheitsfällen noch bei Unfällen.

Diebstahl:

Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für Garderobe und Wertsachen.

Zahlung:

Mit der Anmeldung verpflichten Sie sich, das Kursgeld in der jeweiligen Höhe innert 30-tägiger Frist zu bezahlen. Die Zahlung erfolgt per Einzahlungsschein oder E-banking nach Bestätigung der schriftlichen Anmeldung.

Bankverbindung:

Einzahlung: Credit Suisse, 3001 Bern, Zugunsten von: 247367-00-1,
Frau Andrea Steiner, 3012 Bern, PC-Konto: 30-3200-1, Clearing No: 4835
IBAN CH95 0483 5024 7367 0000 1

NOV 18