



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

YOGA IN TRUBSCHACHEN 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:

Landgasthof Hirschen, Dorfstrasse 36, 3555 Trubschachen – Hirschensaal
Eingang durch die Glastüre seitlich beim Parkplatz, Treppe rauf.

MONTAG ABEND 18UHR (75Min/Einheit):

Januar: 14., 21., 28.,

Februar: 11., 18., 25.

März: 4., 18., 25.

April: 1., 8., 29.

Mai: 6., 13., 20.,

Juni: 3., 17., 24.

KLEIDUNG:

Bequeme Kleidung (2 Schichten), Warme Socken

MATERIAL:

Yogamatten und 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 Daten, oder für einzelne Abende an.
Verwenden Sie dazu den Anmeldetalon.

KOSTEN:

Ganzer Kurs (18mal 30.- = 540.-) reduzierter Preis: CHF 515.-

Einzelabende: je Abend CHF 32.- 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



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

ANMELDUNG FÜR YOGA IN TRUBSCHACHEN 1.SEMESTER 2019

Gewünschtes bitte ankreuzen:

- alle Daten 1.Semester 2019 (CHF 515.- inkl. MwSt)
- Einzelne Daten (pro Mal CHF 32.- inkl. MwSt)

Ich nehme an folgenden Daten teil:

.....

RECHTLICHES:

ICH BIN MIT DEN ALLGEMEINEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN EINVERSTANDEN UND MELDE MICH VERBINDLICH FÜR DEN YOGAKURS IN TRUBSCHACHEN 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