



## Yoga und Malen

Ein Wochenend-Seminar zum Eintauchen und Entdecken.

**Freitag, 17. Januar (ab 18h) bis Sonntag, 19. Januar 2020 (ca. 15h)**

Das Seminar richtet sich an alle, Anfänger und Geübte – Frauen und Männer – Jung und Alt. Nach dem Erfolg vom letzten Jahr, verbinden wir wieder Yoga und Malen. Es ist eine ideale Möglichkeit, Dich zu erholen und frische Energie für den Alltag zu bekommen, in Deine eigene Körperwelt einzutauchen mit Entspannung, Ausdauer, Farben und Formen. Du brauchst kein Talent für das Malen und machst bei Yoga mit was Du kannst. Genaue Angaben folgen nach der Anmeldung. Bei Fragen jederzeit melden!

### **Kurskosten für Yoga und Malen (inklusive Material):**

Spezialpreis für Frühbucher bis 31. August -> **Fr. 220.00**

Regulärpreis ab 1. September -> **Fr. 260.00**

### **Anmeldeschluss: 1. Oktober 2020**

Das Wochenende wird ab 10 Personen durchgeführt. Maximal Teilnehmer: 14 Personen.

Die Kurskosten bis 31. November überweisen an:

Karin Arquisch / Palu 9 / 7023 Haldenstein

Postkonto: 70-26750-4

IBAN: CH91 0900 0000 7002 6750 4

Betreff: Yoga und Malen 2020

*Auf Anfrage schicke ich gerne einen Einzahlungsschein.*

Wir sind beide Krankenkassenanerkannt. Gerne stellen wir euch eine Quittung für die Kurskosten aus. Falls ihr eine Zusatzversicherung habt, werden die Kosten teilweise übernommen.

Wir haben die Kurskosten bewusst tief gehalten und arbeiten ohne Unterstützung von Stiftungen. Falls ihr finanzielle Unterstützung braucht, bitte mit BFSUG Kontakt aufnehmen: [www.bfsug.ch](http://www.bfsug.ch)

**Das Seminarhaus Sternenbergr ist ein friedliches abgelegenes Haus ([www.alter-steinshof.ch](http://www.alter-steinshof.ch))  
Kosten für Übernachtung und Essen sind nicht in den Kurskosten inklusiv. Wir buchen für euch das Zimmer und ihr bezahlt es direkt vor Ort.**

Pro Person im Doppelzimmer: **Fr. 230.00** / im Einzelzimmer: **Fr. 260.00**

WC/Bad auf dem Gang.

Inbegriffen im Preis: 2 Übernachtungen, 2 Mahlzeiten pro Tag (Brunch und Abendessen), Kaffee, Tee, Mineralwasser, Most und Pausenverpflegung. Ein kleines Schwimmbad steht auch zur Verfügung.



## Anmeldeformular

Bitte vollständig ausfüllen und per Email (Scan) oder Post an Karin Arquisch (arquisch@sunrise.ch) senden.

**Ich melde mich verbindlich zum Yoga & Malen Seminar auf dem Sternenbergr an:**

Name/Vorname: .....

Strasse/Nr:.....

PLZ/Ort:.....

Mobile:.....

Email:.....

Geburtsdatum:.....

Zimmerwunsch: .....

Allergien: .....

Die verbindliche Anmeldung erfolgt durch das Einsenden des Anmeldeformulars und der Überweisung der Kurskosten. Eine Rückzahlung ist nur bei Vorlage eines Arztzeugnisses möglich.

Die Teilnahme am Seminar erfolgt auf eigene Verantwortung.

Ich habe die oben aufgeführten Bedingungen gelesen und verstanden. Hiermit melde ich mich verbindlich an.

Ort/Datum/Unterschrift:.....