

Hiermit melde ich mich verbindlich unter Anerkennung der
Konditionen* für den Kurs "Entspann dich mal!" an.
(Bitte leserlich in Druckbuchstaben ausfüllen!)

Firma, Dienststelle, Einrichtung

Vor und Nachname der Teilnehmerin/ des Teilnehmers

Straße Hausnummer

PLZ Ort

Telefon

E-Mail

Bitte senden Sie mir das Fortbildungsprogramm 2019
von **prisma gGmbH** zu: Anzahl: _____

Ort, Datum Unterschrift

Datenschutzhinweis

Die bei Anmeldung abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Vorname, ggf. Firma, Straße und Nr., PLZ, Ort) kann kein Vertrag geschlossen werden. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Änderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Soweit wir Ihre Kontaktdaten nicht für werbliche Zwecke nutzen, speichern wir die für die Vertragsabwicklung erhobenen Daten bis zum Ablauf der gesetzlichen bzw. möglicher vertraglicher Gewährleistungs- und Garantierechte. Nach Ablauf dieser Frist bewahren wir die nach Handels- und Steuerrecht erforderlichen Informationen des Vertragsverhältnisses für die gesetzlich bestimmten Zeiträume auf. Für diesen Zeitraum (regelmäßig zehn Jahre ab Vertragsschluss) werden die Daten allein für den Fall einer Überprüfung durch die Finanzverwaltung erneut verarbeitet.

* Konditionen laut Fortbildungskatalog prisma 2019
siehe www.prismahannover.de

prisma gGmbH

Ihmeplatz 4
30449 Hannover
Telefon: 0511- 92 17 50

www.prismahannover.de

Entspann dich mal!

Entspannungsverfahren kennenlernen



Ab 09.05.2019
fortlaufend jeden
Donnerstag



17.00 bis
17.45 Uhr



prisma gGmbH
Ihmeplatz 4
30449 Hannover



40 € für 10 Einheiten
Für unsere Klienten und Klientinnen
ist das Angebot kostenfrei.



Wer kennt es nicht: Stress und hohe Anforderungen zu Hause, Stress im Familienleben, im Beruf, in Beziehungen?

Stress wirkt sich negativ auf den gesamten Körper aus und kann Krankheiten hervorrufen. Daher sind Entspannungsmöglichkeiten für jeden wichtig. Besonders Zufriedenheit, Gelassenheit und das ganz persönliche Wohlbefinden werden durch Entspannung gefördert.

Mit unserem Kurs „Entspann dich mal!“ lernen Sie unterschiedliche Verfahren kennen und entwickeln Ihre ganz persönlichen Entspannungsmomente. Inhalte sind z.B. Yoga, Achtsamkeit und Progressive Muskelentspannung.

Das Angebot ist für alle Altersgruppen geeignet und setzt keine besonderen Fähigkeiten voraus.

Die Übungen werden von Charlotte Rauls angeboten.

Zur Trainerin:
Charlotte Rauls ist seit 4 Jahren als Ergotherapeutin tätig und ist darüber hinaus Gesundheitspraktikerin für Entspannung und Vitalisierung.

Termine: wöchentlich ab 09.05.2019

Uhrzeit: jeweils donnerstags von 17.00 bis 17.45 Uhr

Kosten: 40€ für 10 Einheiten

Die Teilnahme für unsere Klientinnen und Klienten ist kostenlos.

Für eine Anmeldung rufen Sie uns an (T: 0511 921750) oder senden Sie den ausgefüllten Rückmeldezettel postalisch zurück.

Anmeldung zum Kurs "Entspann dich mal!"

Start ab dem 09.05.2019

Kennzeichen: 3/01.10.19

Postalisch oder per Fax
an 0511/ 92175 16

An
prisma gGmbH
Ihmeplatz 4
30449 Hannover