

KURS
IN BERNRIED
03. - 05. 04. 2020



YOGA

S E M I N A R 2 0 2 0

FÜR CI- UND HG-TRÄGER
ÜBUNGEN FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE
KRÄFTIGEN UND DEHNEN
ENERGIE DURCH BEWUSSTES ATMEN
ZUR RUHE KOMMEN

Besuchen Sie unsere Homepage
www.bayciv.de

Mitglied der Deutschen Cochlear Implant Gesellschaft e.V.

Selbsthilfe
für besseres Hören
und Verstehen





YOGA

FÜR CI- UND HG-TRÄGER

„Yoga passt sich dem Übenden an“

Im Yoga werden Übungen ohne Druck ausgeführt, in allen Haltungen wird entspannt geatmet. Jeder übt so, dass Dehnung und Anspannung angenehm sind. Durch die Konzentration auf sich kommt der Geist zur Ruhe und gewinnt an Gelassenheit. Die Seele entspannt und atmet auf.

Erleben Sie die Energie und die innere Ruhe, die Yoga Ihnen gibt!

Das Autogene Training eine Methode, sich tief zu entspannen. Es hilft, die Balance zwischen An- und Entspannung zu finden und neue Kräfte zu sammeln.

Das Yoga-Seminar ist für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit Hilfe der FM-Anlage können die Teilnehmer den Ausführungen der Referentin sehr gut folgen.

Bei Anmeldungen wird neuen Teilnehmern der Vorrang gegeben.

TERMIN: 03. - 05. APRIL 2020

Bildungshaus St. Martin Bernried
Klosterhof 8
82347 Bernried
Tel. 08158 255-0
zentrale@bildungshaus-bernried.de

DER BAYCIV UND DAS SEMINARTEAM
FREUEN SICH AUF SIE!

KURS
IN BERNRIED
03. - 05. 04. 2020



PROGRAMMABLAUF

FREITAG

- 17:00 Ankunft / Check-in der Zimmer
- 18:00 Abendessen
- 19:00 Yoga und Entspannung

SAMSTAG

- 7:30 Morgenmeditation für Frühaufsteher
- 8:00 Frühstück
- 9:00 Yoga und Autogenes Training
- 12:00 Mittagessen
- 14:30 Yogalehre, Yoga und Entspannung
- 18:00 Abendessen
- 19:30 Freie Abendrunde

SONNTAG

- 8:00 Frühstück
- 9:00 Yogalehre, Yoga und Autogenes Training
- 12:00 Mittagessen
- 13:30 Ende des Seminares

Kaffeepausen am Vor- und Nachmittag
Technische Hilfen: FM-Anlage

REFERENTIN

Claudia Berger
Yogatherapeutin, Heilpraktikerin,
zertifizierte Ernährungsberatung
www.claudiaberger.de





YOGA

ANMELDUNG

HIERMIT MELDE ICH MICH ZUM
YOGA-SEMINAR 2020 AN

03.- 05. 04. 2020 / Bildungshaus St. Martin Bernried
► **Anmeldeschluss: 31. 01. 2020**

Vorname / Nachname

Adresse

Email

Ich bin Mitglied des BayCIV oder eines anderen
Regionalverbandes Ja Nein

Datum / Unterschrift

**Anmeldeformular bitte vollständig ausgefüllt senden
an Christl Vidal / Kirchweg 3 / 82496 Oberau
christl.vidal@bayciv.de**

DIE ANMELDUNG IST EBENFALLS ÜBER
WWW.BAYCIV.DE MÖGLICH!

TEILNEHMERGEBÜHR FÜR ÜBERNACHTUNG/VERPFLEGEUNG:

Mitglieder des BayCIV und andere
Regionalverbände € 182,-

Nichtmitglieder € 212,-

- **Anmeldegebühr: € 60,-**
- **Restzahlung bis spätestens 15.03.2020**

BITTE ÜBERWEISEN AN:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.
Verwendungszweck (bitte angeben):

Yoga-Seminar 2020 / Bernried

IBAN: DE 95 6309 0100 0709 9990 03

BIC: ULMVDE66

- **Mit rechtzeitigem Eingang der
Anmeldegebühr wird die Anmeldung
erst gültig!**

STORNIERUNGSGEBÜHREN:

- bis 8 Wochen vor Anreise: kostenfrei
- bis 2 Wochen vor Anreise:
50% aller gebuchten Leistungen
- ab dem 13. Tag vor Anreise:
60% aller gebuchten Leistungen

TEILNEHMERZAHL: MAX. 12 PERSONEN

ORGANISATION:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.
Christl Vidal (Vorstandsmitglied)
Kirchweg 3 / 82496 Oberau
Tel. 08824/600
christl.vidal@bayciv.de

Margit Zeit (Vorstandsmitglied)
Schlesierstr. 12 / 86899 Landsberg
margit.zeit@bayciv.de

VERANSTALTER:

Bayerischer Cochlea-Implantat-Verband e.V.
Regine Zille (1. Vorsitzende)
Arberweg 28 / 85748 Garching
regine.zille@bayciv.de