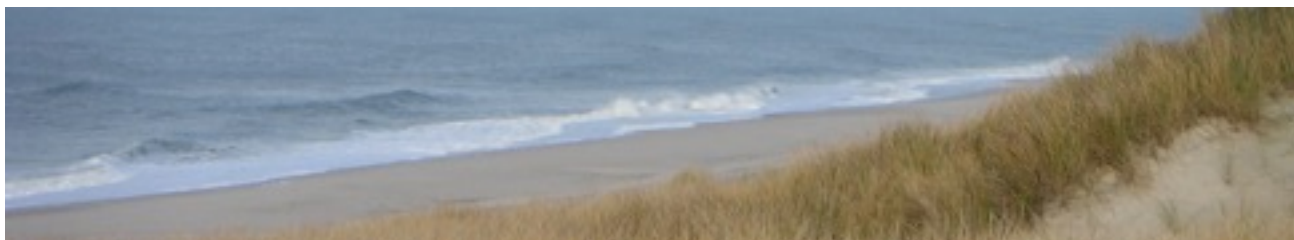


Einladung zum Seminar auf Sylt 2016 „Urlaub und Feldenkrais“



Vom **16.10. bis zum 22.10.2016** wird wieder das bewährte „Urlaub und Feldenkrais“-Seminar stattfinden. Ich freue mich schon darauf, Sie dort begrüßen zu dürfen.

Wenn Sie sich in der wunderschönen Natur und der guten Luft auf Sylt erholen und gleichzeitig etwas für die Verbesserung der Lebensqualität tun möchten, haben Sie hier die gute Gelegenheit dazu:

Profitieren Sie von den vormittags und abends angebotenen Feldenkrais-Gruppenstunden, die es Ihnen ermöglichen, mehr von Ihrem Potenzial zu nutzen und sich leichter und angenehmer zu bewegen. Die restliche Zeit haben Sie zur freien Verfügung für all das, was man auf der Insel Interessantes sehen und erleben kann. Und natürlich werden Sie sich in der frischen Luft im wunderschönen Naturschutzgebiet Klappholtal direkt am Meer gut erholen und können „auftanken“ für den Winter.

Das Seminar wird von Brigitte Block (Diplom-Sozialpädagogin, Feldenkrais-Lehrerin und Assistenz-Trainerin in verschiedenen Ausbildungen) geleitet.

Zusätzlich wird Ulla Torspecken (Nordic-Walking Lehrerin, Feldenkrais-Lehrerin) auf Wunsch an drei Tagen Nordic-Walking für Anfänger und Fortgeschrittene anbieten, damit man dann gut gerüstet die 250 km langen Walking-Wege auf Sylt für sich nach Belieben nutzen kann. Beide haben langjährige Erfahrung in der Zusammenarbeit bei Nordic-Walking Kursen.

Untergebracht sind wir in der im Landschaftsschutzgebiet gelegenen Landvolkshochschule Klappholtal in einfachen aber behaglich eingerichteten Einzel- oder Doppelzimmern bzw. -häusern mit bequemen Betten, mit Waschbecken, Heizung und Telefon. Sehr gepflegte und gut geheizte Toiletten und Waschräume sind teilweise im gleichen Haus, ansonsten in naheliegenden separaten Häusern zu finden. Wir bekommen Vollpension, vegetarisches oder glutenfreies Essen kann gewählt werden. Der Seminarraum, ein Begegnungsraum und eine gemütliche Gastwirtschaft sind auf dem Gelände. Die Volkshochschule liegt in traumhaft schöner Dünenlandschaft zwischen Kampen und List nur wenige Meter vom Strand entfernt, der über einen Holzsteg zu erreichen ist. Fahrräder können geliehen werden.

Die Seminarkosten betragen 655 € (455 € Unterkunft und Verpflegung + 200 € Seminargebühr). Die Teilnahme am Nordic-Walking-Kurs kostet 75 €, die vor Ort zu entrichten sind. Die Anreise ist im Preis nicht inbegriffen. Es besteht die Möglichkeit, bei entsprechendem Interesse eine Gruppenfahrt mit der Bahn zu organisieren.

Anmeldung bitte per Post - mit dem Abschnitt unten bei
Brigitte Block, Neckarweg 17a, 40699 Erkrath oder
per e-mail: brigitteblock@t-online.de

Anmeldung zu „Urlaub und Feldenkrais“ auf Sylt, 16.10. - 22.10.2016

Name:

Anschrift:

Telefon/E-mail:

☐ Ich möchte am Nordic-Walking-Angebot als Anfänger / als Fortgeschrittener teilnehmen.

☐ Ich bringe eigene Stöcke mit.

☐ Ich benötige Stöcke und bin.....cm groß.

☐ Einzelzimmer

☐ Einzelzimmerhäuschen

☐ Doppelzimmer

☐ Doppelzimmerhäuschen

(über die verbindliche Belegung entscheidet die Verwaltung der Volkshochschule)

☐ Teilnahme an der An- und Abreise mit der Bahn

Ich nehme am Seminar auf eigene Verantwortung teil. Unterschrift:_____