

**MBCL- Der achtsame Weg zum Selbstmitgefühl (Online & Präsenz):**

MBCL\*- Mindfulness Based Compassionate Living

MBCL - 8 Wochen - Training vom 27.09.2022 bis 10.01.2023

Name:.....Vorname:.....

Strasse:.....

PLZ, Wohnort:.....

Geb.:.....

Tel./ Mobil:.....

eMail:.....

Trainingsinhalte sind: Theoretische Grundlagen zum Thema Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl.  
Die nachgewiesenen positiven Wirkungen von Selbst- Mitgefühl verstehen.  
Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie die Qualität von Mitgefühl im Alltag gelebt werden kann.  
Selbst- Mitgefühlsübungen im Sitzen, Liegen, Stehen und Gehen, um die Wirkung am eigenen Erleben zu überprüfen

Das MBCL- Training ist kein Ersatz für eine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung, kann jedoch eine derartige Behandlung sinnvoll und effektiv ergänzen.

Ich bin mir bewusst, dass ich eigenverantwortlich am MBCL- Kurs teilnehme.

Ich bin mir darüber bewusst, täglich eine Übungszeit von mindestens 30 Minuten einzuplanen.

Die Kursunterlagen sind urheberrechtlich geschützt. Die Vervielfältigung und Weitergabe der Kursunterlagen inkl. der CDs an Dritte ist nicht gestattet.

**Frühbucherpreis bei Anmeldung bis zum 22.09.2022: 330,00 €**

**Kursgebühr bei Anmeldung ab dem 23.09.2022: 360,00 €**

Bitte überweisen Sie den Betrag auf folgendes Konto:

Volksbank Kurpfalz IBAN: DE 15 6709 2300 0033 3511 51 BIC GENODE61WNM

Rücktrittsbedingungen:

Die Teilnahme ist mit Eingang dieser Anmeldung verbindlich.

Eine Anzahlung von 50 Euro wird mit der Anmeldung fällig und wird bei Rücktritt bis zehn Tage vor Kursbeginn als Bearbeitungsgebühr einbehalten.

Danach ist bei einem Rücktritt die volle Kursgebühr zu zahlen.

Ich bin mit den Anmeldebedingungen einverstanden.

Datum ..... Unterschrift .....