

## Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Anmeldungen sind schriftlich per Post, E-Mail, Fax oder Internet möglich. Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung. Wir verschicken keine Anmeldebestätigung. Sollte der Kurs belegt sein oder nicht zustande kommen, werden Sie benachrichtigt.

#### Anmeldungen an:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V., Angela Wieneke,  
Postfach 13 61, 59473 Soest, Fax 02921 4026,  
wieneke@frauenhilfe-westfalen.de      www.frauenhilfe-bildung.de  
(Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

#### Informationen unter:

Regina Sybert-Goldstein, Tel. 02921 371-239 (Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

Aus ökologischen und sozialen Gründen verzichten wir auf Vierfarbdruck und Online-Druckereien.

### Tagungskosten: 72,00 €

(inkl. Abendessen, Kaffee/Tee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen)

Die Tagungskosten überweisen Sie bitte bis zum 27.04.18 auf folgendes Konto:

Swift/BIC Code: WELADED1SOS

IBAN-Nr. DE37 4145 0075 0000 0129 14

Verwendungszweck: Tagungskosten, F22, 04.05.18

### Abmeldung:

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab. Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: bis zu 8 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, bei Abmeldung am Veranstaltungstag 100 %.

### Tagungsort

Tagungsstätte Soest, Feldmühlenweg 15, 59494 Soest,  
Tel. 02921 371-280      www.tagungsstaette-soest.de

#### Zubuchbare Leistung:

Übernachtung im Einzelzimmer (Du/WC nicht im Zimmer)  
und Frühstück für 36,50 €, Frühstück: 6,50 €

Die Bezahlung nehmen Sie bitte direkt in der Tagungsstätte bar oder per EC-Karte vor.



Evangelisches Familienbildungswerk Westfalen und Lippe e. V.



## Die innere Balance finden

## Einführung in Klangyoga

**04. – 05. Mai 2018**

**Tagungsstätte Soest**

**F 22**

**Familienbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.**

**Alle Energien wollen fließen,  
im Mikrokosmos deines Körpers  
wie im Makrokosmos des Universums.**

Robert Betz

Sie erhalten die Möglichkeit, ein Yoga zu erleben, das durch die Verbindung von Klang mit Yogaübungen (Asanas) Körper, Seele und Geist mit Freude erfüllt.

Klangyoga eröffnet einen sanften und doch kraftvollen Weg, um sich selbst und andere zum Schwingen zu bringen. Körperliche und seelische Spannungen können abgebaut werden. Der eigene Rhythmus wird fühlbar.

**Regina Sybert-Goldstein,**  
Diplom-Pädagogin

Referentin: **Melanie Everdiking-Hinz,**  
Yogalehrerin,  
Klangtherapeutin

Zielgruppe: Frauen, Mütter

**PROGRAMM**

**Freitag, 04.05.2017**

bis 18.00 Uhr Anreise  
18.00 Uhr Abendessen  
19.00 – 22.00 Uhr Kennenlernrunde  
- Welche Erfahrungen  
und Erwartungen an  
dieses Seminar gibt es?  
- Erste Yogaeinheit

**Samstag, 05.05.2018**

9.15 – 10.45 Uhr Was ist Yoga?  
Welche Arten des Yoga  
gibt es?  
Wie führe ich Yoga  
zu Hause durch?  
11.00 – 12.30 Uhr Praktische Yogaeinheit  
12.30 Uhr Mittagspause  
13.30 - 15.00 Uhr Meditation,  
Entspannung und Klang  
15.00 Uhr Nachmittagspause  
15.30 - 17.00 Uhr Praktische Yogaeinheit  
Auswertung

**Bitte mitbringen:**

Woldecke und Socken

**Anmeldung an:**

Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.  
Angela Wieneke, Postfach 13 61, 59473 Soest  
Fax: 02921 371-236

**ANMELDUNG**

**Die innere Balance finden  
04. – 05.05.2018, F 22**

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Mobiltelefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Sonderkostform: \_\_\_\_\_

Übernachtung im EZ mit Frühstück

nur Frühstück

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift