



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

YOGA AM SAMSTAG 11.1.2025



INHALT

Asana (Körperhaltungen für Stabilität und Ausrichtung)
Pranayama (Atemkontrolle für Ruhe und innere Kraft)
Zazen/Meditation (zur Sammlung und Konzentration)
Atemübungen (für Leichtigkeit und Vertrauen)

LEHRERIN

Andrea Steiner, Yogalehrerin SKA nach der Methode von B.K.S. Iyengar

ORT

insich, Hardeggerstrasse 2, 3008 Bern

SAMSTAG 11.1.2025

10.00h bis 12.00h

Der Kurs findet mit mindestens 8 und maximal 13 Teilnehmenden statt

KLEIDUNG

Bequeme Kleidung (2 Schichten), warme Socken

ANMELDUNG (BIS ZUM 14.12.2024) AN

Steiner Andrea Tel. 079 704 17 17 info@insich.ch

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich an. Verwenden Sie dazu den Anmeldetalon oder schicken Sie eine E-mail.

KOSTEN

CHF 45.00

Einzahlung: Frau Andrea Steiner, Löwenmatte 294, 6197 Schangnau
Berner Kantonalbank, IBAN CH77 0079 0042 6206 76666 0

■ hardeggerstrasse 2 ■ 3008 bern & löwenmatte 294 ■ 6197 schangnau
■ info@insich.ch ■ www.insich.ch ■ 079 704 17 17



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

MEINE ANMELDUNG FÜR YOGA IN BERN AM 11.1.2025

RECHTLICHES:

ICH BIN MIT DEN ALLGEMEINEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN
EINVERSTANDEN UND MELDE MICH VERBINDLICH FÜR DEN
YOGAMORGEN AM 11.1.2025 IN BERN AN:

Name/Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Telefon (Privat, Mobile, Geschäft)

E-Mail

Beruf

Geburtsdatum

Datum/Unterschrift



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

Allgemeine Geschäftsbedingungen insich 2025

Beratungstermine:

Terminabsagen müssen mindestens 24 Stunden vorher abgesagt werden. Nicht abgesagte Termine werden in Rechnung gestellt.

Laufende Kurse

Die Anmeldung erfolgt schriftlich und wird verbindlich bestätigt.

Bei Krankheit, Unfall oder Schwangerschaft erfolgt keine Rückerstattung des Kursgeldes.

Das Kursgeld ist nach der Bestätigung innert 10 Tagen zu zahlen.

Seminartage

Die Anmeldung erfolgt schriftlich und wird verbindlich bestätigt.

Die Seminarkosten sind nach der Bestätigung der Anmeldung geschuldet und innert 10 Tagen zu zahlen. Bei einer Abmeldung oder bei Fernbleiben am jeweiligen Seminartag erfolgt keine Rückerstattung der Seminarkosten. Auch bei Krankheit, Unfall oder Schwangerschaft erfolgt keine Rückerstattung des Kursgeldes.

Retreats im In- und Ausland

Die Anmeldung für ein Retreat im In- und/oder Ausland erfolgt schriftlich und wird verbindlich bestätigt.

Die Zahlung des Retreats erfolgt nach Erhalt der Rechnung innert 20 Tagen.

Bei Abmeldung des Retreats bis 60 Tage vor Beginn wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 200.- verrechnet.

Wird eine schriftlich bestätigte Anmeldung widerrufen, werden folgende Annullationskosten verrechnet:

Ab 60 Tage vor Kursbeginn: 50% der gebuchten Leistung

Ab 30 Tage vor Kursbeginn: 100% der gebuchten Leistung

Versicherung

Die Teilnahme sowohl an Kursen, Seminartagen und Retreats erfolgt auf eigene Verantwortung. Eine Versicherung resp. Haftung ist Sache des Teilnehmenden.

Für Retreats empfiehlt sich eine Reiseannulationsversicherung abzuschliessen.

Bitte informieren Sie mich, wenn nötig, über Ihren Gesundheitszustand.

Kontonummer

Einzahlung: BEKB, Berner Kantonalbank

Frau Andrea Maria Steiner, Löwenmatte 294, 6197 Schangnau,

IBAN CH77 0079 0042 6206 76666 0

Dez 24



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH77 0079 0042 6206 7666 0
Andrea Maria Steiner
insich
6197 SCHANGNAU

Zahlbar durch (Name/Adresse)

┌

└

┌

└

Währung Betrag

CHF

┌

└

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag

CHF

┌

└

┌

└

Konto / Zahlbar an

CH77 0079 0042 6206 7666 0
Andrea Maria Steiner
insich
6197 SCHANGNAU

Zahlbar durch (Name/Adresse)

┌

└

┌

└