



insich ■ andrea steiner ■ umfassende beratung, mentoring & medialität

ZAZEN & KÖRPER-SEELEN-ZEIT AM SAMSTAG 13.12.2025



10.00-11.30h ZAZEN

(Meditation in Stille, keine Vorkenntnisse notwendig)

Teepause

12.00-13.00h KÖRPER-SEELEN-ZEIT

(Atem- und Körperübungen, sowie Tanzen sorgen für einen vegetativen Ausgleich)

LEITUNG:

Andrea Steiner, Yogalehrerin SKA, nach der Methode von B.K.S. Iyengar (Diplom 2003)

Atemtherapeutin und Coach

Gründerin des ‚insich‘ in Bern 2005, im Emmental tätig seit 2014

ORT:

insich, hardeggerstrasse 2, 3008 bern

ANMELDUNG AN:

Steiner Andrea

Tel. 079 704 17 17

oder per Mail: info@insich.ch

KOSTEN:

Zazen: Unkostenbeitrag nach Gutdünken

KSZ: Fr. 40.00

EINZAHLUNG:

Frau Andrea Maria Steiner, Löwenmatte 294, 6197 Schangnau

BEKB, Berner Kantonalbank, IBAN: CH77 0079 0042 6206 7666 0

Oder via Twint: 079 704 17 17

insich ■ hardeggerstrasse 2, 3008 bern & löwenmatte 294, 6197 schangnau

■ info@insich.ch ■ www.insich.ch ■ 079 704 17 17



insich ■ andrea steiner ■ umfassende beratung, mentoring & medialität

ANMELDUNG für Samstag 13.12.2025

Zazen und KSZ

Zazen

KSZ

RECHTLICHES:

ICH BIN MIT DEN ALLGEMEINEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN EINVERSTANDEN UND
MELDE MICH FÜR SAMSTAG. 13.12.2025 AN.

Name/Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon (Privat, Mobile, Geschäft) _____

E-Mail _____

Beruf _____

Geburtsdatum _____

Ich bin mit den Bedingungen einverstanden und melde mich hiermit an:

Datum/Unterschrift _____

ANMELDESCHLUSS: 1.12.2025



Allgemeine Geschäftsbedingungen insich 2025

Beratungstermine

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

Die Beratungsstunden stelle ich in Rechnung.

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

Für Retreats im In- und Ausland kriegen Sie eine Rechnung.

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

Andrea Maria Steiner, Löwenmatte 294, 6197 Schangnau

CH77 0079 0042 6206 7666 0

Dez 2024

insich
steiner andrea
www.insich.ch
info@insich.ch
079 704 17 17



insich ■ andrea steiner ■ umfassende beratung, mentoring & medialität



insich ■ andrea 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)

┌

└