

ANMELDUNG

# RESILIENZ-TRAINING

ABENDKURS START 30. AUGUST 2023



---

Christiane Petersen + Prisca Freitag  
Bleickenallee 6 | 22763 Hamburg  
resilienz@peter-und-frei.de  
www.peter-und-frei.de

---

**Termine:** **Mittwochs, 18.30 - ca. 20.00 Uhr**  
30.08.2023 - Resilienz und Krise  
13.09.2023 - Stress + Körper  
29.09.2023 - Energie und Ressourcen  
11.10.2023 - Gefühle und Bedürfnisse  
25.10.2023 - Grenzen  
08.11.2023 - Kommunikation  
22.11.2023 - Glaubenssätze  
06.12.2023 - Bindung  
20.12.2023 - Ziele

**Ort:** Der raum, Bahrenfelder Straße 59, 22765 Hamburg, [www.raum-ottensen.de](http://www.raum-ottensen.de)  
Der raum liegt im Hinterhof, zu erreichen über den Parkplatz neben KONUS an der Eulenstraße.

**Gebühr:** 349,00 EUR (für Privatzahlende, inkl. MwSt.)  
Bitte überweisen bis zur Kursteilnahme auf das Konto von Prisca Freitag, IBAN: DE78760300800230013537.  
Auch Zahlung per Paypal an [resilienz@peter-und-frei.de](mailto:resilienz@peter-und-frei.de) oder Barzahlung vor Ort ist möglich.

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

**Straße:** \_\_\_\_\_

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

**Telefon/ Mobil:** \_\_\_\_\_

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

**Geb.-Datum:** \_\_\_\_\_

Hiermit melde ich mich zu dem oben stehenden Kurstermin / den oben stehenden Kursterminen verbindlich an.

**Unterschrift** \_\_\_\_\_ **Datum:** \_\_\_\_\_

Diese Anmeldung ist verbindlich. Bei einer Absage/Stornierung innerhalb von 72 Std. vor Kursbeginn wird die Kursgebühr zu 100% erhoben. Einzelne Termine können bei Nicht-Erscheinen ggf. nachgeholt, nicht aber erstattet werden.

## Infektionsschutz & Hygiene

Wir richten uns streng nach den gesetzlichen Verordnungen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2.