

ANMELDUNG

# RESILIENZ-TRAINING

ABENDKURS START 24. JANUAR 2024



---

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**

24.01.2024 - Resilienz und Krise  
07.02.2024 - Stress – Körper + Psyche  
21.02.2024 - Energie und Ressourcen  
06.03.2024 - Gefühle und Bedürfnisse  
20.03.2024 - Gesunde Grenzen  
03.04.2024 - Kommunikation  
17.04.2024 - Glaubenssätze  
08.05.2024 - Bindung  
29.05.2024 - 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:** 395,00 EUR (für Privatzahlende, + MwSt.)  
Bitte überweisen Sie bis zur Kursteilnahme auf das Konto von Peter + Frei GbR,  
IBAN: DE13120300001083 3401 31. Eine Barzahlung am ersten Abend ist auch 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.