

Mitteilung für den Arbeitgeber über die Teilnahme an einer Bildungsmaßnahme nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (§ 5 Abs. 1 AWbG)

Die Bildungsveranstaltung ist nach § 9 AWbG anerkannt.

Die VHS Rhein-Erft ist nach DIN EN ISO 9001 2015 zertifiziert und von der Bezirksregierung Köln als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach § 10 ff AWbG anerkannt.

Ich,

Vorname, Name: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

teile Ihnen mit, dass ich beabsichtige, an folgender Bildungsveranstaltung der Volkshochschule Rhein-Erft teilzunehmen:

Gehen-Stehen-Rücken.

Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung® - Bildungsurlaub (231-4059)

Zeitraum: vom 11.04.2023 bis zum 14.04.2023

Kursdauer: 4 Termine

Unterrichtseinheiten: 40,00 (à 45 min)

Kursort: 50321 Brühl, VHS-Haus, An der Synagoge 2

Weitere Informationen:

In diesem Bildungsurlaub lernen Sie mit der Feldenkrais-Methode, den Körperbewegungen mit Nachdenken und Aufmerksamkeit zu folgen. Aus dieser achtsamen Körperwahrnehmung folgen bewusster Bewegungsabläufe und Selbstbewusstsein. In der Feldenkraisarbeit geht es darum, sich mit dem eigenen Bewegungsmuster auseinanderzusetzen. Was tun Sie, wie wirkt das und welche Auswirkungen hat das z. B. auf das Schmerzmuster des Rückens. So werden Sie lernen, sich anders zu bewegen, ein anderes Verständnis für den eigenen Körper zu entwickeln und dadurch mit Rückenproblemen im Beruf anders umzugehen. Sie werden erfahren und erleben, was Gehen und Stehen mit dem Rücken zu tun hat.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme, warme Kleidung, warme Socken, Handtuch, ausreichend zu trinken, Picknick für das Mittagessen.

Ort, Datum

Unterschrift