##### ANMELDEFORMULAR

Weiterbildung zum/zur MBCL-Lehrer\*in

Frits Koster & Jana Willms

15. - 21. November 2025 im Rosenwaldhof Groß Kreutz

#### Bitte senden Sie dieses Anmelde- und das SEPA-Formular per Brief, Telefax oder E-Mail zurück an:

Postanschrift: Institut für Achtsamkeit

c/o Susanne Schneider, Tackweg 13, D-47918 Tönisvorst

Telefax: 0049 (0) 2151 327 4665

E-Mail (als PDF): info@institut-fuer-achtsamkeit.de

Hiermit melde ich mich verbindlich für die Weiterbildung zum/zur MBCL-Lehrer\*in an, die  
vom 15. – 21. November 2025 stattfindet.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Persönliche Daten | | | | | | | |
| **Name** |  | | | | | | |
| **Vorname** |  | | | | | **Alter** |  |
| **Anschrift** |  | | | | | | |
| **PLZ** |  | **Land & Ort** |  | | | | |
| **Tel. privat** |  | | | **Fax** |  | | |
| **Mobil** |  | | | | | | |
| **E-Mail** |  | | | | | | |
| **Beruf** |  | | | | | | |
| **Studium o. Ausbildung** |  | | | | | | |

**Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen:**

Welchen Beruf haben Sie? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Welche Art von Arbeit üben Sie zurzeit aus? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Sind Sie zertifizierte/r MBSR-/MBCT-/Breathworks-Lehrer\*in?** Ja □ Nein □

***Wenn ja, bitte Nachweis unbedingt beilegen!***

□ Ich bin zurzeit in einer MBSR-Ausbildung bei \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

□ Ich bin zurzeit in einer MBCT-Ausbildung bei \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

□ Ich bin zurzeit in einer Breathworks-Ausbildung bei \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ich habe bisher \_\_\_\_\_\_\_\_\_ MBSR-/MBCT-/Breathworks-Kurse geleitet.

Haben Sie an einem 8-wöchigen **MBSR**-Kurs teilgenommen? Ja □ Nein □

Wenn ja, wann: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie an einem 8-wöchigen **MBCT**-Kurs teilgenommen? Ja □ Nein □

Wenn ja, wann: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie an einem 8-wöchigen **MBCL**-Kurs teilgenommen? Ja □ Nein □

Wenn ja, wann: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie an einem 8-wöchigen **MSC-**(Mindful Self Compassion) Kurs teilgenommen? Ja □ Nein □

Wenn ja, wann: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie eine regelmäßige Meditationspraxis? Ja □ Nein □

Seit wie vielen Jahren praktizieren Sie Meditation? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Praktizieren Sie regelmäßig in einer Tradition? (z.B. Vipassana, Zen, christliche Kontemplation,  
Dzogchen, Sufi, etc.) Ja □ Nein □

**Wenn ja**, in welcher? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Wenn nein,** welche Form der Meditation praktizieren Sie regelmäßig? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie Erfahrung mit der Metta-Praxis (Liebende Güte Meditation)? Ja □ Nein □

Haben Sie einen Meditationslehrer oder -lehrerin? Ja □ Nein □

Wenn ja, Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Seit wann lernen Sie mit diesem Lehrer/dieser Lehrerin? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie Erfahrung in der Anleitung achtsamkeitsbasierter Übungen? Ja □ Nein □

Wenn ja, beschreiben Sie bitte kurz welche Übungen, in welchem Kontext und seit wann. \_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie eine Ausbildung in einer Methode (außer MBSR, MBCT, Breathworks), die achtsamkeitsbasierte Übungen einschließt (z.B. ACT, DBT, Hakomi usw.)? Ja □ Nein □

Wenn ja, welche Ausbildung haben Sie abgeschlossen und wann? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie schon einmal an einem Metta-/Mitgefühls-Retreat teilgenommen? Ja □ Nein □

Wenn ja, füllen Sie bitte untenstehende Tabelle aus.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| von  (MM) | bis  (JJ) | Meditationsform (Zen, Vipassana, Dzogchen, Kontemplation) | Ort | Schweigeretreat  (Ja/Nein/Teils) | LehrerIn | Länge (Tage) |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Ich habe an einer Einführung in MBCL teilgenommen, die von einem bereits qualifizierten MBCL-Lehrenden geleitet wurde. Ja □ Nein □

□ Ich habe an einem MBCL-Grundlagenkurs im Institut für Achtsamkeit teilgenommen.

□ Ich habe ein einer 3-tägigen MBCL-Einführung bei einem/einer bereits zertifizierten MBCL-Lehrer\*in teilgenommen.  
Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

□ Ich habe an einem MBCL-Retreat bei einem/einer bereits zertifizierten MBCL-Lehrer\*in teilgenommen.  
Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

□ Ich habe an einem MBCL-8-Wochen-Kurs geleitet von einem/einer bereits zertifizierten   
MBCL-Lehrer\*in teilgenommen.   
Name des Lehrers/der Lehrerin: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Was motiviert Sie an der der Weiterbildung teilzunehmen? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie aktuell oder hatten Sie in der Vergangenheit Probleme mit Ihrer körperlichen oder geistigen Gesundheit, die Ihre Teilnahme an der Weiterbildung/dem Grundlagenseminar beeinflussen könnten? Ja □ Nein □

Wenn ja, skizzieren Sie diese bitte kurz: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Bitte denken Sie an die Nachweise für die Teilnahmevoraussetzung**

Ein Platz ist nur dann reserviert, wenn die Anzahlung von 490,- Euro auf dem u.a. Konto eingegangen ist.

Der **Restbetrag von 900,- Euro wird am 15. Oktober 2025 per SEPA-Lastschrift** eingezogen.  
Bei Anmeldung nach dem 15. Oktober bitte die komplette Kursgebühr direkt überweisen.

Bankverbindung

Konto: Institut für Achtsamkeit

IBAN: DE35 3601 0043 0418 1074 33 BIC: PBNKDEFF

Verwendungszweck**: Name / MBCL Aufbau 11**

*In der Kursgebühr sind keine Übernachtungs- und Verpflegungskosten enthalten.*

Meine Zimmerreservierung muss ich selber beim Rosenwaldhof vornehmen und bezahlen.

**Mir ist bekannt, dass eine Abmeldung schriftlich erfolgen muss.**

Bis 30 Tage vor Seminarbeginn werden 50 Euro Bearbeitungsgebühr erhoben, bis 21 Tage vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 15 % der Kursgebühr einbehalten. Bei späterer Abmeldung findet keine Erstattung statt. Es erfolgt nur eine Erstattung, wenn ich einen Ersatzteilnehmer stelle.

Im Übrigen gelten ergänzend die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Instituts für Achtsamkeit ([www.institut-fuer-achtsamkeit.de/AGB](http://www.institut-fuer-achtsamkeit.de/AGB))

*Bei wenigen Anmeldungen behält sich das Institut vor, das Seminar nur mit einem Dozenten stattfinden zu lassen und/oder als Online-Veranstaltung durchzuführen. Ein Anspruch seitens des Teilnehmers auf Durchführung als Online-Veranstaltung besteht jedoch nicht.*

Nach dem neuen Europäischen Datenschutzgesetz (EU-DSGVO) informieren wir Sie, dass ihre persönlichen Daten zwecks Bearbeitung auf unserem Server verschlüsselt gespeichert werden. Sie werden gegebenenfalls an die Dozenten des Seminars und an das veranstaltende Seminarhaus weitergeben. Der Umfang der Informationen ergibt sich aus dem Anmeldeformular.

*Ich habe sowohl die Teilnahmevoraussetzungen als auch die Kriterien für die Zertifizierung als MBCL Lehrer\*in der Beschreibung dieser Weiterbildung zur Kenntnis genommen und stimme ihnen zu.*

Datum & Unterschrift: ..........................................................................................................