##### ANMELDEFORMULAR

Mindfulness-Based Compassionate Living (MBCL)

MBCL Retreat

mit Frits Koster & Jana Willms

im Rosenwaldhof Groß Kreutz

17. - 22. März 2026

#### Bitte senden Sie dieses Anmeldeformular 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 das MBCL Retreat vom 17. - 22. März 2026 an.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Haben Sie Erfahrung mit Achtsamkeit? Ja □ Nein □

Wenn ja: Was genau praktizieren Sie? Seit wann? Mit wem? Wo?  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

Haben Sie an einem 8-wöchigen Achtsamkeitstraining (MBSR, MBCT, MBCL oder vergleichbar) teilgenommen? Ja □ Nein □

Praktizieren Sie regelmäßig Achtsamkeit? Ja □ Nein □

Sind Sie ausgebildete/r MBSR-, MBCT- oder MBCL-Lehrer\*in oder Ja □ Nein □

befinden Sie sich derzeit in einer solchen Ausbildung?

Unterrichten Sie MBSR, MBCT oder MBCL? Ja □ Nein □

Haben Sie schon einmal an einem drei- oder mehrtägigen 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) | Lehrer:in | Länge (Tage) |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Was motiviert Sie an dem MBCL-Retreat teilzunehmen? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

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

Haben Sie aktuell oder hatten Sie in der Vergangenheit Probleme mit ihrer körperlichen oder geistigen Gesundheit, die ihre Teilnahme am MBCL-Retreat beeinflussen könnten?  
 Ja □ Nein □

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

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

**Das Retreat ist kein Ersatz für eine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung!!**

Kursgebühr:490,- Euro zzgl. Unterkunft und Verpflegung

Ein Platz ist nur reserviert, wenn die Anzahlung in Höhe von 100,- Euro auf u.a. Konto eingegangen ist.

Der **Restbetrag von 390,- Euro wird am 15. Februar 2026 per SEPA-Lastschrift** eingezogen.  
Bei Anmeldung nach dem 15. Februar 2026 bitte die komplette Kursgebühr direkt überweisen.

Bankverbindung:

Konto: Institut für Achtsamkeit Verwendungszweck: **Name / MBCL Retreat 2**

IBAN: DE35 3601 0043 0418 1074 33 BIC: PBNKDEFF

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

Meine Zimmerreservierung muss ich selber beim Rosenwaldhof vornehmen.

1. *Bei wenigen Anmeldungen behält sich das Institut vor, das Seminar mit nur einem Dozenten stattfinden zu lassen.*

*Weiter behält sich das Institut vor, das Seminar als Online-Veranstaltung durchzuführen. Ein Anspruch seitens des Teilnehmers auf Durchführung als Online-Veranstaltung besteht jedoch nicht.*

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

Bis 30 Tage vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50,- Euro 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)

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.

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