

## Meditation für Einsteiger - Wochenendseminar

**Termine :** Samstag, 13.09.2025 von 09.00 - 11.30 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr  
Sonntag, 14.09.2025 von 09.00 - 12.00 Uhr

**Ort :** INDAO im Ärztehaus Evershagen, 1. Etage  
Ehm - Welk - Str. 22, 18106 Rostock - Evershagen

**Veranstalter:** INDAO - institute for inner balance

**Telefon:** +49 - (0)381 - 71 68 11

**Mail:** info@indao.de

**Anmeldung bis:** Donnerstag, 11.09.2025 (direkt auf: [www.indao.de](http://www.indao.de) buchbar)

**Kurskosten:** 150,00 €

**Anzahlung:** 50,00 € (siehe Teilnahmebedingungen)

**Kursleitung :** Ito - Henry Forgbert  
(Qi Gong-Lehrer und Ausbilder, Tai Chi Lehrer, Meditationslehrer,  
Aikido-Lehrer, Reiki-Meister & -Lehrer, FA für TCM)

**Ablaufplan:** Einführung in Meditation:

Was ist Meditation?

Welche Wirkungen hat sie auf den Menschen?

Kann man eigentlich Meditieren oder nicht?

Erlernen und Üben verschiedener Meditationsformen  
in Theorie und Praxis.

Bitte zum Seminar bequeme Sachen und eine Decke bzw.  
ein Meditationskissen (wenn vorhanden) mitbringen.

Teilnahmebedingungen siehe Seite 2

## **Teilnahmebedingungen:**

Die Anmeldung für das Seminar ist verbindlich durch Anruf, das Einsenden eines Briefes oder einer Mail. Sie gilt nach Eingang der Anzahlung in Höhe von 50,00 € auf das Konto:

INDAO - Henry Forgbert

Ostseesparkasse Rostock

IBAN: DE21 1305 0000 0201 0392 65

BIC: NOLADE21ROS

Als Verwendungszweck bitte – Medi-A-02-2025 - und den - Namen - angeben

Der Restbetrag in Höhe von 100,00 € wird spätestens bei Seminarbeginn fällig.

Nach Eingang der Anmeldung erhältst Du von uns eine Bestätigung.

Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Beginn des Seminars wird die Anzahlung zurückgezahlt. Bei Rücktritt bis zwei Wochen vor Beginn des Seminars wird die Anzahlung einbehalten. Danach ist die volle Seminargebühr fällig, falls entweder keine Ersatzperson gestellt oder niemand von der Warteliste nachrücken kann. Wir empfehlen deshalb den Abschluss einer Seminar-Reiserücktrittsversicherung. Bitte informieren Sie sich dazu im Internet.

Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen, Seminaren und Workshops ist freiwillig. Insbesondere bei Erkrankungen und/oder seelischen Problemen kann die Teilnahme nur als begleitende Maßnahme anzusehen sein und ersetzt keinesfalls den Besuch bei einem Arzt und/oder Heilpraktiker.

Der Veranstalter wird durch den Teilnehmer von jeglicher Haftung befreit.

Er behält sich das Recht vor, aus triftigen Gründen (z.B. Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl, Krankheit, etc.) den Termin abzusagen oder Änderungen vorzunehmen.

Bei Absage des Seminars durch den Veranstalter wird die vorab geleistete Zahlung erstattet.

Mit der Anmeldung erklärst Du Dich mit diesen Teilnahmebedingungen einverstanden.