

## Information kompakt

**Seminarleitung:** Dr. Jasmin Benser

**Termine:** Sonntag, 29. Oktober 2023, 19.00-21.30 Uhr

**Ort:** : IndiTO Bonn

**Kosten:** 30,00 € (Ermäßigung auf Anfrage)

**Kurs-Nr.:** 23.GFK. PF.1

Anmeldung online möglich unter:  
[www.indito.de](http://www.indito.de) [Seminarprogramm]

## Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis 4 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig, danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung. Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung.

Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

## Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert.

Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen.

Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!

## Playfight nach Matteo Tangi mit Jasmin Benser 29. Oktober von 19-21.30 Uhr



Sie kommen mit ihrem Körper und Gefühlen in Bewegung, daraus entsteht möglicherweise eine neue Lebendigkeit!



**Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Trinkflasche, ggf. wärmende Socken und wenn vorhanden weiche Knieschoner (wie beim Volleyball).**

Weitere Informationen zu Playfight und Dr. Jasmin Benser finden Sie unter:  
<https://mitgefuehl-macht-ah.de/>

## Referentin

Dr. Jasmin Benser



Zertifizierte Ernährungsberaterin, VDOe, Coach und zertifizierte Trainerin für gewaltfreie Kommunikation (CNVC)



## Playfight

Playfight bedeutet Verbundenheit – mit sich selbst und mit anderen.

Sie wählen Ihr Gegenüber sowie die Intensität.

Die klaren Regeln und der achtsam gehaltene Kreis schenken Sicherheit und Vertrauen.

Sie lernen mit Klarheit in Begegnung zu sein und gleichzeitig in spielerischer Leichtigkeit zu bleiben.

Ihr Körper- und Selbstbewusstsein wird gestärkt.

Sie lernen für sich und Ihre Ziele einzustehen, ohne sich oder andere zu verletzen.