

Betriebsrats- information



JÄNNER 2020

DIAKONIEWERK OBERÖSTERREICH

HATHA YOGA - KURS

Neuer Kurs im Sommersemester 2020 – ideal für
Mitarbeitende im Turnusdienst, da aus 2x 14 Terminen
10 frei gewählt werden können!!

Ab 24. Februar bis Juni 2020 wird an Montagen und Donnerstagen
YOGA angeboten. Alle, die sich für diesen Kurs angemeldet haben
(Anmeldung siehe unten), können dann spontan **die Termine wählen,**
die zum eigenen Terminkalender oder Turnusdienst passen.

Das heißt: bezahlt wird der 10er-Block beim (individuellen) 1. Mal – und damit können insgesamt 10 Yoga-Termine besucht werden. (Wer
öfter als 10 Mal dabei sein will/kann, bezahlt für jedes weitere Mal 9€).

ZEIT: jeweils montags von 16:40 bis 17:55 Uhr
oder donnerstags von 17:00 bis 18:15 Uhr

ORT: im Turnsaal der Martin Boos Schule

KURSLEITUNG: Gerda Lamplmair, zertifizierte
Yogalehrerin, Gesundheitsyoga-
und Meditationslehrerin

KOSTEN: 10er Block für
MitarbeiterInnen des
Diakoniewerks OÖ: **70€**,
für Angehörige **90€**

HATHA YOGA macht uns bei regelmäßiger Praxis körperlich fit und
beweglich, stärkt das Immunsystem, lässt uns gelassener auf fordernde
Situationen reagieren, emotional ausgeglichener werden und verhilft so
zu geistigen Höchstleistungen und innerer Freude.

Teilnehmen können alle, die
Yoga kennenlernen wollen,
schon irgendwo einmal Yoga
praktiziert haben bis hin zu
Fortgeschrittenen



Anmeldung: bitte bis 31. Jänner 2020 entweder telefonisch im BR-Büro: 07235/63251-200 oder mit dem Abschnitt
per Hauspost an den Betriebsrat oder per Mail an g.bernhard@diakoniewerk.at
Die Anmeldung ist verbindlich, die 10er Blöcke werden namentlich hinterlegt und sind beim (individuellen) 1.
Termin zu bezahlen.

-----ANMELDEABSCHNITT-----

Verbindliche Anmeldung für **HATHA YOGA** Name: _____

Dienststelle: _____ Telefonnummer (Handy): _____

Bevorzugter Wochentag: Montag* Donnerstag* beide möglich** (Zutreffendes bitte ankreuzen!)

Yoga-Vorerfahrung: keine bereits irgendwo einen Kurs besucht langjährige Yogaerfahrung

* der Montagstermin ist schwerpunktmäßig eher für Yoga-Erfahrene, der Donnerstag eher für AnfängerInnen (Ausnahmen möglich)

** Die Anzahl aller Anmeldungen (mind. 30, maximal 40) sollte sich auf die beiden Wochentage etwa gleichmäßig aufteilen. D.h. alle, die
„beide möglich“ ankreuzen, werden einem Wochentag zugeordnet. Grundsätzlich sollte man dann auch bei diesem Wochentag
bleiben, in einzelnen Wochen ist ein Tausch möglich.

Betriebsratsbüro: Linzerberg 45a, 4209 Engerwitzdorf, Tel. 07235/63251-200; betriebsrat.gallneukirchen@diakoniewerk.at

Homepage: <http://betriebsrat-diakoniewerk-gallneukirchen.at>