



**bildungswerk  
stenden**  
politisch. weiter. bilden.

Bildungswerk Stenden • Kavalleriestr. 12 • 40213 Düsseldorf

Eine Einrichtung des  
Neue Gesellschaft Niederrhein e.V.

## Mitteilung für den Arbeitgeber (§ 5 Abs. 1 AWbG)

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Straße Nr. \_\_\_\_\_ PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Ich beantrage Bildungsurlaub, da ich beabsichtige, an folgender Bildungsveranstaltung des Bildungswerk Stenden teilzunehmen:

<b>Yoga auf dem Bürostuhl - Online</b> <b>Seminar-Nr.: 264910</b>		
Ort:	Online	
Beginn/Ende:	02.12.2026	04.12.2026
Unterrichtsstunden:	18 Unterrichtsstunden gesamt	
Seminarleitung:	Martina Fischer	
Zielgruppe:	Interessierte ab 18 Jahren	
Unterrichtsinhalte:	- Mit einfachen Yoga-Übungen den Körper kräftigen und die Flexibilität steigern - Entspannungs- und Atemübungen für den Einklang von Körper, Geist und Seele - Übungsfolgen und Entspannungstechniken für die Mittagspause oder zwischendurch auf dem Bürostuhl	
Unterrichtsziele:	- Aktiv der Beanspruchung durch sitzende Bildschirmarbeit begegnen: Verspannungen lösen, Stress abbauen und Beweglichkeit verbessern	

Diese Mitteilung ergeht unter dem Vorbehalt, dass die Mindest-Teilnahmezahl erreicht wird und die Veranstaltung durchgeführt werden kann.

**Die Bildungsveranstaltung ist nach § 9 AWbG anerkannt.**

Bildungswerk Stenden  
Kavalleriestr. 12  
40213 Düsseldorf

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Stempel und Unterschrift der Bildungseinrichtung

Anerkennung als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach §10 AWbG beim zuständigen  
Ministerium unter Aktenzeichen 48.06.06.01.13.04.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift der/des Beschäftigten

