



Frau / Herr

## 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