



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:

Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Atemtechniken für Beruf und Alltag	
Seminar-Nr.: 264904	
Ort:	Yogaforum, Rosmarinstr. 12k, 40235 Düsseldorf
Beginn/Ende:	07.12.2026 11.12.2026
Unterrichtsstunden:	35 Unterrichtsstunden gesamt
Seminarleitung:	Martin Henniger
Zielgruppe:	Interessierte ab 18 Jahre
Unterrichtsinhalte:	<ul style="list-style-type: none">Theoretische und praktische Übungen rund um Yoga, Achtsamkeit und StressbewältigungAtemübungen und Meditation für den beruflichen Alltag
Unterrichtsziele:	<ul style="list-style-type: none">Mit Körperübungen, Atemtechniken und Meditationsformen Stress abbauenSelbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit zur Bewältigung des beruflichen Alltags stärken

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.

ohf
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