

Workshop

12.10.2024 von 09:30 – 17:00 Uhr
Wirtschaftsschule Senden

Alexander-Technik

Verspannungen, Schmerzen am
Bewegungsapparat



Wer kennt das nicht? Verspannungen oder Schmerzen nach längeren Proben oder Konzerten.

Inhalt: Verspannungen, Schmerzen am Bewegungsapparat sowie das Gefühl von Erschöpfung hängen häufig mit ungünstigen Haltungs- und Bewegungsmustern zusammen, die einen zu großen Muskelaufwand erfordern. Frederick Alexander, der Begründer der nach ihm benannten Technik, entwickelte einen medizinisch anerkannten Weg, solch schädliche Gewohnheiten zu erkennen und aufzulösen, um dem Körper wieder ein optimales Funktionieren zu ermöglichen.

Dozent: Dr.phil. Dirk Hausen (Dr.phil. im Fach Musikwissenschaften / Systemischer Coach QRC-zertifiziert)

www.alexander-technik-fr.de

Teilnahme Infos:

- Maximale Teilnehmerzahl: 14
- Adresse: Wirtschaftsschule Senden, Lange Straße 45, 89250 Senden
- Verpflegung ist **nicht inklusiv**.
- Mitzubringen sind: Isomatte/Decke, Kissen, Instrument

Teilnahmegebühr:

- Für Mitglieder des Fördervereins der Musikschule Senden: **kostenlos**
- Für Externe Teilnehmer: **30,00€**

Anmeldung:

- Anmeldeformular: siehe Rückseite
- Anmeldeschluss: 06.10.2024
- Die Zahlungsaufforderung für die Teilnahmegebühr erhalten Sie per Mail.

Werden Sie Mitglied im Förderverein! Gerne können Sie bei dieser Gelegenheit Mitglied werden und kostenlos an unserem interessanten jährlichen Workshop-Programm teilnehmen. Senden Sie uns einfach einen ausgefüllten Mitgliedsantrag mit (Download unter www.musik-verbindet-senden.de). Mitgliedsbeitrag: 15€/Jahr.

Anmeldeformular - Workshop „Alexander-Technik“ – 12.10.2024

Name des Teilnehmers:	
Geburtsdatum:	
E-Mail-Adresse:	
Vereinsmitglied (ja/nein):	

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop an. Teilnahmegebühr: 30€ (für Mitglieder des Fördervereins kostenlos). Ich habe die unten abgedruckte Datenschutzerklärung zur Kenntnis genommen.

Ort, Datum

Unterschrift, bei Minderjährigen:
Erziehungsberechtigte/r

Anmeldung gescannt/abfotografiert an mail@musik-verbindet-senden.de
oder per Post an den Förderverein der Musikschule Senden e.V.
(Anmeldeschluss: 06.10.2024)

Die Aufforderung zur Überweisung der Teilnahmegebühr erhalten sie per Mail.

Datenschutzerklärung

- 1. Verantwortlicher i.S. Art. 13 Abs. 1 lit. a DSGVO:**
Förderverein der Musikschule Senden eV, 1. Vorsitzender Dennis Dietl, Rathaus, Hauptstr. 34, 89250 Senden. Email: info@musik-verbindet-senden.de
- 2. Zweck und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung:**
Der Förderverein der Musikschule Senden verarbeitet die umseitig erhobenen personenbezogenen Daten gem. Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO zum Zwecke der Organisation des Workshops. Die erhobenen Kontaktdaten werden vom Verein genutzt zur Kontaktaufnahme mit dem Mitglied in Vereinsangelegenheiten.
- 3. Weitergabe und Speicherdauer von personenbezogenen Daten:**
Der Seminarreferent erhält Kenntnis vom Namen der Seminarteilnehmer. Ansonsten findet keine Weitergabe von personenbezogenen Daten an Dritte statt.
Bei Teilnehmern, die nicht Mitglied des Fördervereins sind, werden personenbezogenen Daten nach einer Frist von zwei Jahren gelöscht.
- 4. Betroffenenrechte:**
Jeder Betroffene hat hinsichtlich seiner personenbezogenen Daten das Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung, und Datenübertragbarkeit (Art. 15 – 18, 20 DSGVO).
Eine erteilte Einwilligungserklärung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden. Die Rechtmäßigkeit der bis dahin erfolgten Datenverarbeitung wird davon nicht berührt. Außerdem kann sich jedes Vereinsmitglied bei der zuständigen Datenschutz-Aufsichtsbehörde beschweren.

Förderverein der Musikschule Senden e.V.
Hauptstr. 34
89250 Senden

1. Vorstand: Dennis Dietl
Mail: mail@musik-verbindet-senden.de
Tel: 0152/08800326
www.musik-verbindet-senden.de