



# Zen.nl

## Praktische informatie

### Introductiecursus

Er zijn vier maanden waarin er een introductiecursus start in Ede, namelijk september, oktober, februari en maart. De cursus bestaat uit 4 of 5 maanden. De avondcursus start op dinsdag en donderdag om 20:00-21:45 uur. Ook start er weleens één ochtendcursus van 5 maanden (19 lessen) op woensdagochtend. De ochtendcursus start om 9:30 uur en eindigt om 11:15 uur.

### Lessen inhalen

Mocht je een keer verhinderd zijn, dan hoort de leraar dit graag van te voren. Je kunt de les in dezelfde week op een andere dag (dinsdag, woensdag of donderdag) inhalen. Indien je de hele week verhinderd bent (bijv. door ziekte of vakantie) kan in overleg met de leraar gekeken worden naar inhaalmogelijkheden (bijvoorbeeld individueel).

### Aanvang les

Probeer op tijd aanwezig te zijn voor de les. In principe gaat de deur 5 minuten vóór aanvang van de les dicht. Ben je onverhoopt te laat, laat het dan even tijdig weten aan de leraar.

### Benodigdheden

Kussens en meditatiebankjes zijn aanwezig in de cursusruimte. Je mediteert het prettigst in makkelijk zittende kleding. Voor het mediteren thuis heb je een kussentje nodig. Een kwalitatief goed meditatiekussen is bij ons na de eerste les aan te schaffen voor €35,00. Als achtergrondinformatie van de cursus raden wij het boek "Leer denken wat je wilt denken" van Riens Ritskes aan. Dit boek kun je bij ons aanschaffen voor €19,95.

### Cursusgeld & voorwaarden

Het cursusgeld wordt maandelijks middels een incasso in rekening gebracht. Het cursusgeld bedraagt €59,- (€39,- voor studenten) per maand gedurende 4 of 5 maanden. Voor bedrijven bedraagt het cursusgeld €79,- per maand inclusief facturatie en BTW. Annuleren is kosteloos tot twee weken vóór aanvang van de cursus, daarna wordt het cursusgeld van de introductiecursus voor 1 maand in rekening gebracht. Na 4 of 5 maanden introductiecursus stroom je automatisch door naar één van de gevorderdengroepen tenzij je je per mail afmeldt via [nicola@zen.nl](mailto:nicola@zen.nl). De gevorderdencursus is maandelijks, per eerste van de maand, opzegbaar.

### Vaak gestelde vragen

Een overzicht van vaak gestelde inhoudelijke vragen vind je op onze website [www.zen.nl/ede](http://www.zen.nl/ede).

Bij vragen kun je ons uiteraard altijd mailen of bellen.

Email: [nicola@zen.nl](mailto:nicola@zen.nl)

Tel.: 06-18422033 (Nicola Kneepkens)