

Freu(n)de-Yoga für Yoga-Freu(n)de

Yoga entspannt, kräftigt die Muskulatur, macht dich beweglich und bringt viel Freu(n)de!
Du bist herzlich eingeladen mit mir Yoga zu üben!

Zeiten: Am Abend in unregelmässigen Abständen (ca. alle zwei Wochen) von 19.30h bis 20.30h (die aktuellen Daten findest du auf meiner Website www.reflexionsräume.ch)

Ort: Gemeinschaftsraum der Siedlung Trübel, Laubstenstrasse 18, 8712 Stäfa

Mitbringen: Bitte bring deine eigene Yoga-Matte mit. Falls du noch keine besitzt, kann ich dir auf Anfrage eine leihen.

Anmeldung: Melde dich auf meiner Website (www.reflexionsräume.ch) bis am Vortag um 24h zur nächsten Yogastunde an.

Lies bitte vor deiner ersten Yogastunde bei mir die allgemeinen Bedingungen und bestätige mir per Mail oder indem du dieses Blatt von dir unterzeichnet in die erste Stunde mitbringst, dass du davon Kenntnis genommen hast.

Kosten: Ich gebe Yoga aus Freude und werde ein Kässeli aufstellen, in das du reinlegst, was dir das Yoga wert ist. (Wenn du eine Quittung haben möchtest, schreibe mir bitte eine E-Mail über welchen Betrag und welchen Termin ich sie dir ausstellen soll, dann werde ich das gerne tun.)

Allgemeine Bedingungen für Freu(n)de-Yoga:

Anmeldung: Wenn du dich zum Yoga anmeldest gehe ich davon aus, dass du erscheinst. Falls dir dies kurzfristig nicht möglich sein sollte, sende mir bitte eine E-Mail auf reflexionsraeume@bluewin.ch.

Haftung: Dein psychisches und physisches Wohlbefinden und das aller Teilnehmenden liegt mir sehr am Herzen. Um Yoga zu üben solltest du bei guter Gesundheit und in einer stabilen psychischen Verfassung sein. Du übst immer aus eigener Entscheidung und übernimmst die Verantwortung für dich und deinen Körper selbst. Möchtest du trotz evtl. physischer und/oder psychischer Beeinträchtigungen Yoga üben, ist es wichtig, dass du mich vorgängig darüber informierst. Bei ernsthaften Krankheiten, Beschwerden oder Schwangerschaft muss dein/e behandelnde/r Ärztin/Arzt bewilligen, dass du Yoga übst. Du und alle Teilnehmenden tragen in jedem Fall die Verantwortung für sich und ihre Gesundheit selbst. Ich übernehme keinerlei Haftung für Schäden an Personen und Sachgegenständen.

Versprechen: Ich gebe mein Bestes, um allen Teilnehmenden ein inspirierendes, bereicherndes und gesundheitsförderndes Yoga zu ermöglichen. Ich freue mich auf Dich!

Ich habe die allgemeinen Bedingungen gelesen und erkläre mich damit einverstanden.

Name

Vorname

Unterschrift

Datum