
GANZHEITLICH IN HARMONIE

ANMELDEFORMULAR UND HAFTUNGSAUSSCHLUSS

(Bitte leserlich in Druckbuchstaben schreiben)

Name: _____

Ich nehme zur Kenntnis, dass Yoga körperlich anstrengend ist und wie jeder Sport bei unsachgemäßer Ausführung zu Verletzungen führen kann. Die Teilnahme am Yoga-Unterricht erfolgt auf eigenes Risiko. Folgende Regeln sind bei der Teilnahme am Yoga-Unterricht und/oder Yoga- Workshops zu beachten:

1. Ich bestätige hiermit, dass ich körperlich fit bin und eventuell in den letzten 6 Monaten von einem Arzt für Allgemeinmedizin untersucht wurde und damit an sämtlichen Yogaübungen, die ich hier erlernen werde, teilnehmen kann. Vor der Teilnahme an jeder Yoga Klasse werde ich meiner Yogalehrerin über auffällige Verletzungen, Operationen oder Krankheiten (vor allem an Knien oder Rücken) informieren, die eine Teilnahme am Yoga-Unterricht verhindern oder erschweren könnten.
2. Während des Unterrichts werde ich den erteilten Anweisungen der Yogalehrerin aufmerksam Folge leisten und die Übungen entsprechend den Instruktionen (betreffend Zeitdauer, Art, Atmung und Position der jeweiligen Übung) ausführen und dabei nicht über meine physischen Grenzen gehen. Sollte ich eine Instruktion nicht verstanden haben oder die Übung aus sonstigen Gründen nicht ausführen können, werde ich mich auf die Yogamatte setzen und nach Möglichkeit an der folgenden Übung wieder teilnehmen.
3. Eine Teilnahme am Yoga-Unterricht unter Alkohol-, Drogen oder Medikamenteneinfluss ist untersagt.

Ich verzichte hiermit im gesetzlich zulässigen Ausmaß gegenüber Frau Rebekka Riedel auf die Geltendmachung von jeglichen Schadenersatzes, der mir bei der Teilnahme am Yoga-Unterricht und/oder Yoga-Workshops entstehen könnte.

GANZHEITLICH IN HARMONIE

Für die in den Räumlichkeiten (auch im Freien), in denen Yoga unterrichtet wird, befindlichen Kleidungsstücke, Wertgegenstände sowie Geld wird keine Haftung übernommen. Wertgegenstände und Geld können während des Unterrichts im Yoga-Raum aufbewahrt werden.

Ich habe den Inhalt dieser Erklärung samt Haftungsausschluss aufmerksam gelesen, verstanden und zustimmend zur Kenntnis genommen.

Ich nehme zur Kenntnis, dass meine Daten vertraulich behandelt werden und keinesfalls an Dritte weitergegeben werden.

Erfurt, den _____

Unterschrift: _____

Liebe Yogini, lieber Yogin,

vielen Dank für Ihr Interesse an dem Kurs. Um besser auf Ihre Bedürfnisse eingehen zu können und um eventuelle gesundheitliche Risiken zu vermeiden, bitte ich Sie nachfolgend einige Angaben zu Ihrer Person, Ihren Wünschen und Ihrem Gesundheitszustand zu machen. Alle Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt!

1. Angaben zur Person

Name, Vorname:

Geburtsdatum:

Telefon:

E-Mail:

GANZHEITLICH IN HARMONIE

2. Wünsche und Erwartungen

- Was sind Ihre Motivation/ bzw. Ihre Erwartungen?

- Verfügen Sie über Vorerfahrungen?

- Ich würde mich interessieren für...

Meditation

Pranayama (Atmung)

Mantra singen

Fasten

Sonstiges (bitte angeben) _____

3. Fragen zur Gesundheit

- Leiden Sie unter Erkrankungen, die bei Yogaübungen berücksichtigt werden müssen (ernste Erkrankungen des Bewegungsapparates, Unfälle, extrem niedrigem oder hohem Blutdruck, Tinnitus, Augeninnendruckerhöhung, arterielle Durchblutungsstörungen in den Beinen, Asthma, tiefgreifende psychologische Behandlung...)?

Nein/keine Angabe

Ja, und zwar _____

GANZHEITLICH IN HARMONIE

- Nehmen Sie Medikamente ein, die Auswirkung auf die Yogapraxis haben können? (Beta- Blocker/Anti-Depressiva, andere)

Nein/keine Angabe

Ja, und zwar _____

- Wieviel Stress empfinden sie im Moment?

keinen

wenig

mittel

viel

sehr viel

Ihre persönlichen Daten werden streng vertraulich behandelt. Sollte sich an Ihrem Gesundheitszustand etwas ändern, sind Sie verpflichtet, mich darüber zu informieren.

Mit Ihrer Unterschrift bezeugen Sie die Richtigkeit der Angaben und nehmen Kenntnis davon, dass die Yogastunde auf Ihre eigene Verantwortung erfolgt.

Name in Druckbuchstaben: _____

Unterschrift: _____

Erfurt, den: _____

Vielen Dank und Viel Freude!