

YOGA INN

...find your inner balance

TEILNAHMEVERTRAG 2021

zwischen

YOGA INN
vertreten durch Angela Brüggemann

Unterrichtsort:
Lisa-Tetzner-Weg 1
18069 Rostock

und

1. TEILNEHMERANGABEN

Vorname, Name:

Geburtsdatum:

Anschrift:

E-Mail:@.....

Handy:

Krankenkasse:

2. VERTRAGSLAUFZEITEN UND TARIFE

Alle Preise enthalten die derzeit gültige Umsatzsteuer.

PRÄSENZ/ LIVE

- | | |
|---|------------------------|
| <input type="checkbox"/> Probestunde | 10 € |
| <input type="checkbox"/> 1 x Yoga im Kurs (Drop-in) | 19 € |
| <input type="checkbox"/> 5er CARD gültig 6 Wochen | 90 € |
| <input type="checkbox"/> 10er CARD gültig 11 Wochen | 170 € |
| <input type="checkbox"/> YOGA in kleiner Gruppe (2-4 TN) p.P. | 40€/ Folgestunde 55€ |
| <input type="checkbox"/> Präventionskurs 8 Termine | 150 € |
| <input type="checkbox"/> YOGA PERSONAL TRAINING/ PRIVATstunde | 75 €/ Folgestunde 105€ |

Datum und Uhrzeit des Kursbeginns:

ONLINE

- | | |
|---------------------------------------|------|
| <input type="checkbox"/> 1-Monats ABO | 20€ |
| <input type="checkbox"/> 3-Monats ABO | 50€ |
| <input type="checkbox"/> Jahres ABO | 180€ |

Allgemeines:

- Eine Kurseinheit dauert 60 Minuten.
- Die Entrichtung der Kursgebühr erfolgt generell ausschließlich Barzahlung oder Überweisung VOR KURSBEGINN.
- Besonderheiten zu Bezahlung, Verhalten bei Krankheit siehe beiliegende AGB.

3. BESTÄTIGUNG DURCH UNTERSCHRIFT

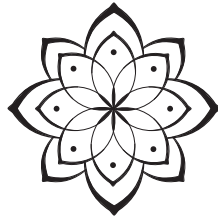
Hiermit bestätige ich meine verbindliche Anmeldung, meine daraus entstehenden Verbindlichkeiten und die Kenntnis der AGB sowie das Einverständnis mit diesen und deren Anerkennung.

Rostock,

.....
UNTERSCHRIFT TEILNEHMER

.....
YOGA INN

Die Hinweise für YOGAübende (rückseitig) habe ich gelesen.



YOGA INN

...find your inner balance

HINWEISE FÜR YOGAÜBENDE

Um einen reibungslosen Übungsablauf sicher zu stellen und dir entspannende und vitalisierende YOGAstunden zu ermöglichen, habe ich diese Hinweise für dich zusammengestellt:

ZUM KURSSTART

- YOGAmatten und andere Hilfsmittel werden dir zur Verfügung gestellt.
- Trage bequeme Kleidung, Socken oder sei barfuß, lege Schmuck und Uhren ab, bringe dir eventuell ein eigenes Tuch oder Handtuch mit; Matten, Decken und Kissen sind vorhanden.
- Verzichte möglichst auf Parfum. (Die Wahrnehmungs- und Empfindsamkeit erhöht sich durch die Übungen)

TIPPS VOR DEM TRAINING

- Die letzte große Mahlzeit sollte ca. 2-3 Stunden zurück liegen.
- Du darfst dich fordern, aber nicht überfordern, Widerstände und Schmerzgrenzen solltest du respektieren.
- Alle Übungen führe locker und entspannt mit ruhigen fließenden Bewegungen durch und erlebe den Atem unterstützend als Begleiter.

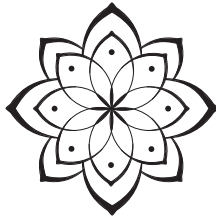
HINWEISE FÜRS HÄUSLICHE ÜBEN

- Bitte zu Beginn der YOGA Praxis nur die Asanas und Pranayama üben, die im Unterricht gelehrt wurden.

BITTE VERMEIDEN UND EVENTUELL ANSPRECHEN (ggf. den Hausarzt befragen)

- ... Umkehrpositionen bei eventuellen Monatsblutungen, Bluthochdruck, Druck des Innenohres und der Augen sowie Netzhautablösung.
- ... akute orthopädische Probleme
- ... Vorwärts- und Rückbeugung bei akuten Bandscheiben-Problemen und Ischias
- ... Fersensitz bei Krampfadern und anderen Durchblutungsstörungen der Beine

Die Kursleitung steht dir gern für Fragen zur Seite und empfiehlt dir alternative Übungen.



YOGA INN

...find your inner balance

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Die AGB werden mit der Anmeldung und automatisch mit jeder Teilnahme am Unterricht akzeptiert.

ANMELDUNG

Eine mündliche oder schriftliche Anmeldung zu einem YOGAkurs ist möglich. Sie wird mit der mündlichen, fernmündlichen oder schriftlichen (auch email) Bestätigung, dass ein Platz reserviert ist, verbindlich.

GEBÜHREN

Die Kursgebühren sind VOR BEGINN des jeweils gebuchten Kurses/ Abonnements zu überweisen oder bar zu bezahlen.

Bankverbindung: Ostseesparkasse

BLZ 1305 0000, Konto: 0201 1041 72

IBAN DE31 1305 0000 0201 1041 72

BIC NOLADE21ROS

Auf Wunsch wird eine Rechnung zur Gebühr oder mit einer Teilnahmebestätigung für die Krankenkasse am Ende des Kurses ausgestellt.

GRUPPENKURSE

Die YOGAgruppen sind als Kurse organisiert. Der Unterricht findet zu dem jeweils vereinbarten Termin statt. Sollten Unterrichtseinheiten durch Gründe ausfallen, die das YOGA INN zu vertreten hat, so wird die Stunde nachgeholt.

ABSAGEN/ STORNIERUNG

Kann der/die Teilnehmende eine Unterrichtseinheit nicht wahrnehmen, so kann bei rechtzeitiger Abmeldung (bis 24 Stunden vor dem Termin) die Stunde in einer anderen wöchentlichen Gruppe nach Absprache nachgeholt werden, sofern dort ein Platz frei ist.

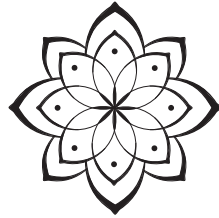
Vertragsstornierungen seitens der Teilnehmenden erfolgen stets schriftlich.

EIGENVERANTWORTUNG

Der YOGAunterricht wird nach bestem Wissen und Gewissen durchgeführt. Das YOGA INN setzt sich dafür ein, mittels Weiterbildungen und Supervision ihre YOGAkompetenz ständig zu aktualisieren und zu vertiefen.

Ob eine Teilnahme mit der jeweiligen körperlichen und psychischen Verfassung vereinbar ist, hat die/der Teilnehmende in eigener Verantwortung (ggf. unter Beiziehung ärztlichen Rates) selbst zu prüfen und zu entscheiden.

Wichtig: Bei körperlichen Einschränkungen bitte ich um Rücksprache, damit diese im Unterricht berücksichtigt werden können. Sie sollten spätestens am Beginn des Kurses mitgeteilt worden sein. Die Teilnahme an allen Angeboten erfolgt auf eigene Verantwortung. Für jedwede Art von Personen- oder Sachschäden und/oder Verlust vor, während und nach der Teilnahme eines Angebotes haften die Teilnehmenden selbst.



YOGA INN

...find your inner balance

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

ADJUSTMENTS UND ASSISTS

In den Kursen werden Adjustments (Hilfestellungen) gegeben. Bei Adjustments handelt es sich um kurze Handgriffe und Berührungen, um die Haltung des YOGAschülers zu korrigieren. Sie bietet eine Möglichkeit, um die Übung korrekt auszuführen und neu zu erfahren.

Bei Assists hingegen unterstützt der YOGAlehrer mit Körpereinsatz. Leichtes und sanftes Drücken, Dehnen, Ausrichten ermöglicht eine tiefere Führung in eine Übung/ Übungsstellung. Selbst für die Endentspannung sind Assists sinnvoll und bringen eine noch tiefere Entspannungserfahrung.

DATENSCHUTZ

Teilnehmerdaten werden unter Beachtung der einschlägigen Vorschriften des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) und des Teledienstschutzgesetzes (TDDSG) gespeichert, und verarbeitet. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben.

STAND Januar 2021