



# Anmeldung

## Hatha Yoga Flow

Vorname

Name

Strasse

PLZ

Ort

Mobile

Email

Geburtsdatum

### Angebote

Einzellektion

☐

10er Abo

☐

Privat Stunde

☐

5er Abo Privat Stunde

☐

### Preise

Einzellektion

CHF 25.00

10er Abo

CHF 230.00

Privat Stunde à 60Min

CHF 100.00

5er Abo Privat Stunde

CHF 460.00

10% Rabatt für Lernende, Studierende und Pensionierte auf alle Yoga Angebote

### Info und Haftungsausschluss

Yoga unterstützt Wohlbefinden und Gesundheit, kann jedoch körperlich fördernd sein und birgt wie jede körperliche Aktivität gewisse Risiken. Bitte achte stets auf deinen Körper, respektiere deine Grenzen und pausiere oder beende eine Übung, wenn du Schmerzen oder Unwohlsein verspürst. Solltest du gesundheitliche Beschwerden haben oder unsicher sein, ob Yoga für dich geeignet ist, konsultiere bitte vor Beginn deiner Yogapraxis eine Ärztin oder einen Arzt.

Die Yogalehrerin gestaltet die Stunde mit Sorgfalt und Achtsamkeit. Dennoch erfolgt die Teilnahme auf eigenes Risiko. Mit deiner Teilnahme erklärst du dich einverstanden, dass du für mögliche Verletzungen oder Schäden selbst verantwortlich bist und auf Ansprüche gegenüber der Yogalehrerin verzichtest.

☐

Hiermit bestätige ich, dass ich den Haftungsausschluss gelesen, akzeptiert und verstanden habe.

Datum

Unterschrift





# Fragebogen

## Hatha Yoga Flow

1. Hast du Vorerfahrung mit Yoga? Wenn ja, wie lange praktizierst du bereits?

2. Gibt es spezifische körperliche oder gesundheitliche Bedingungen, über die ich Bescheid wissen sollte?

3. Gibt es bestimmte Bewegungen oder Positionen, die für dich unangenehm oder schmerzhaft sind?

4. Bist du schwanger oder hast du vor kurzem entbunden?

Dieser Fragebogen wird natürlich vertraulich behandelt. Gerne können wir die Themen auch noch in einem persönlichem Gespräch anschauen. Vielen Dank für dein Vertrauen.

Datum

Unterschrift

