

Yogaunterricht dankbar und gegenwärtig



Hallo,

wir freuen uns, dass du bei uns gelandet bist und geben dir hiermit einige **Hinweise zum Unterricht** und die **Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB)** weiter.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Stand: Januar 2019

Anmeldung zu den Klassen

Du kannst dich völlig frei für die Klassen eintragen, an denen du teilnehmen willst. Du hilfst uns, indem du das frühzeitig machst, kannst aber auch spontan sein und dich 24 Stunden vorher eintragen und in Ausnahmen auch noch am selben Tag, sofern im Plan noch Platz ist. Wenn 24 Stunden vor Beginn nicht mehr als drei Menschen eingetragen sind, sagen wir die Klasse ab und benachrichtige dich per Mail.

Abmeldung von den Klassen

Bis 24 Stunden vor Beginn kannst du dich aus dem Plan wieder austragen. Bei späterer Abmeldung (im Plan und mit einer Mail an uns), muss die Stunde bezahlt werden, es sei denn du sorgst für Ersatz. Wenn es einen triftigen Grund für deine Nichtteilnahme gibt, liegt es bei uns, ob wir Kulanz walten lassen. Bei Krankheit melde dich bitte, wenn es möglich ist, vorrausschauend 24 Stunden vor Beginn ab und ggf. am selben Tag wieder an, sofern es noch Platz gibt.

Kartenpakete

- 8er Karte (2 Monate gültig) 88€
- 12er Karte (6 Monate gültig) 162€
- eine Stunde 15€
- erste Stunde bei Sarah und Helene 10€
- Meditationskurs 65€ bzw. 5 Kreuze auf der Karte
- Jugendyoga 8er Karte (3 Monate gültig) 75€

Die Kartengültigkeit verlängert sich, wenn

- wir aufgrund von zu wenig Teilnehmenden die Stunde, für die du 24 Stunden vorher online eingetragen warst, absagen
- von unserer Seite aus der Unterricht ausfällt
- du längerfristig aufgrund von schwerer Erkrankung oder Schwangerschaft nicht teilnehmen kannst (dies teile uns bitte per Mail mit)

Eigenverantwortlich und gesund am Unterricht teilnehmen

Bitte setze uns in deinem eigenen Interesse über bestehende Krankheiten, Beschwerden oder eine Schwangerschaft in Kenntnis. Bei chronischen Krankheiten und unklaren Beschwerden halte bitte Rücksprache mit deinem Arzt. Die Dienstleistung in Form des Yogaunterrichts richtet sich an gesunde Teilnehmende, die mit Hilfe von Yoga ihr Leben eigenverantwortlich verändern und neugestalten wollen. Es werden keine Versprechungen abgegeben, dass eine Heilung oder Erfolg stattfindet, so dass keine falschen Hoffnungen geweckt werden. Es ist den Teilnehmenden bekannt, dass der Yogaunterricht auf keinerlei medizinischen oder psychologischen Kenntnissen und Fertigkeiten beruht und daher bei ihnen nicht der Eindruck entsteht, dass eine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung durchgeführt wird. Yogalehrende sind beratend und die Selbsterfahrung der Teilnehmenden unterstützend und nicht medizinisch, psychologisch oder physiotherapeutisch tätig. Die Yogastunden können eine ärztliche, psychotherapeutische oder physiotherapeutische Behandlung im Einzelfall nicht ersetzen. Daher soll eine laufende Behandlung nicht unter- oder abgebrochen beziehungsweise eine künftig notwendige nicht hinausgeschoben oder ganz unterlassen werden. Die Verantwortung liegt ganz bei den Teilnehmenden. Die von den Yogalehrenden angebotenen Anwendungen sind unter Umständen schulmedizinisch nicht anerkannt und entsprechen nicht dem Stand der Wissenschaft. Sie sind nicht kausal-funktional erklärbar, insofern auch nicht zielgerichtet. Ein subjektiv erwarteter Erfolg der angewandten Methoden kann weder in Aussicht gestellt noch garantiert werden.

Haftung

Die Teilnahme am Yogaunterricht geschieht auf eigene Verantwortung. Wir haften im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für Schäden, die durch uns verursacht wurden. Zur Absicherung berechtigter Schadensersatzanforderungen unterhält die Eigentümerin des Yogastudios eine Berufshaftpflichtversicherung. Für Schäden und Verluste an mitge-

brachten Sachen wird keine Haftung übernommen. Es wird empfohlen, keine Wertsachen mitzubringen.

Datenschutz

Wir versichern, dass alle Daten und Informationen ausschließlich intern vertraulich behandelt werden und keinesfalls an Dritte weitergegeben werden. Die Angaben zum Gesundheitszustand werden vernichtet, sobald du nicht mehr regelmäßig bei dankbar und gegenwärtig Yoga übst.

Hinweise zum Unterricht

Essen/Trinken

Um während der Yogastunde unangenehme Gefühle in der Magen- und Darmgegend zu vermeiden, sollte die letzte Mahlzeit mindestens drei Stunden vor der Praxis liegen. Ähnliches gilt für anregende Getränke: lass vor der Yogastunde eher die Finger von Kaffee – auch wenn du noch so müde bist. Andere Getränke sind vorher und nachher sehr gut, während der Stunde nach Möglichkeit nicht trinken.

Hands On

Wir arbeiten in unseren Yogaklassen mit den Händen am Körper der Übenden. Dies sollte immer als Hilfe, Unterstützung und Vertiefung dienen und sich prinzipiell angenehm anfühlen. Wenn dir irgendetwas unangenehm ist, lass es uns wissen.

Handy und Brille

Dein Handy schalte bitte immer auf lautlos. Für die Brille bringe ein Hartschalenetui mit oder lasse sie auf der Nase.

Füße und Hände

Bitte achte darauf, dass deine Füße und deine Hände sauber und cremefrei sind, da wir barfuß üben und manchmal auch die Wände des Raums nutzen. Außerdem achte aus Respekt vor den anderen Übenden auf deine Körperhygiene.

Beginn

15 Minuten vor Beginn steht unsere Tür offen, sodass du entspannt bei einem Tee ankommen kannst. Wir fangen pünktlich an und ab dann wird auch die Türklingel abgeschaltet.

Danke, dass du gemeinsam mit allen anderen Menschen hier den Ort zu dem machst, wofür er da ist.