



Teilnahmebedingungen Yoga

1. Anmeldung und Teilnahme

Für die Teilnahme an einem Yoga-Kurs ist eine Anmeldung erforderlich. Diese kann schriftlich, telefonisch oder persönlich erfolgen. Dein Platz ist fest für dich reserviert, sobald du die Kursgebühr entrichtest oder einen Gutschein abgegeben hast.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung, eine Haftung seitens „Lass Los Yoga“ ist ausgeschlossen. Mit der Anmeldung versicherst du, dass du dich sowohl körperlich als auch psychisch in der Lage fühlst, an den Yoga-Kursen teilzunehmen. Bitte teile mir akute oder chronische Beschwerden im Vorfeld mit! Lass diese im Zweifelsfall ärztlich abklären! Yoga ist sehr gesund, aber die Yogastunden können eine ärztliche Diagnose oder eine Heilbehandlung nicht ersetzen. Passe die Yogaübungen immer deinen Möglichkeiten an und gönne dir bei Bedarf eine Pause!

Eine möglichst regelmäßige Teilnahme an den Yogastunden ist erwünscht. Versuche, deine Yogazeit fest in deinen Terminplan zu integrieren!

Sollte dir die Teilnahme an einer Einheit nicht möglich sein, gib mir bitte unbedingt *bis 24 Stunden vor Kursbeginn* Bescheid! Bei unentschuldigtem Fernbleiben oder einer zu knappen Absage gilt die jeweilige Yogastunde als besucht und wird als teilgenommen angerechnet.

Je nach Auslastung besteht nach Absprache immer auch die Möglichkeit, die Yogastunde zu einer anderen Uhrzeit oder an einem anderen Wochentag zu besuchen.

2. Allgemeine Hinweise

Für die Teilnahme an einer Yogastunde wird bequeme Kleidung empfohlen. Yoga wird in der Regel barfuß geübt, für die Schlussspannung können aber warme Socken angenehm sein. Yogamatten, Kissen, Decken, Blöcke usw. sind in ausreichender Menge vorhanden. Wenn du lieber auf deiner eigenen Matte übst, dann fühl dich ganz frei, diese mitzubringen.

Es wird empfohlen, ca. 2 Stunden vor dem Unterricht keine schweren Mahlzeiten zu sich zu nehmen. Besser ist es, nur etwas Leichtes zu essen.

3. Zuschüsse der gesetzlichen Krankenkassen

Es werden von „Lass Los Yoga“ zertifizierte Präventionskurse angeboten, bei denen deine Krankenkasse bis zu 100% der Kursgebühr erstattet.

Für AOK-Versicherte gilt:

Bringe bitte zu deiner 1. Yogastunde deinen Präventionsgutschein mit! Du kannst damit kostenlos an deinem Yoga-Kurs (10 Stunden) teilnehmen. Dafür hast du 13 Wochen Zeit, danach wird der Gutschein abgerechnet.

Für Versicherte aller anderen gesetzlichen Krankenkassen gilt:

Du bekommst zu Beginn des Yogakurses eine Rechnung, die du innerhalb von 14 Tagen auf das angegebene Konto überweist. Erkundige dich bitte bei deiner Krankenkasse, wieviel der Kursgebühr du erstattet bekommst! Im Anschluss des Kurses erhältst du eine Teilnahmebestätigung, die du bei mind. 80%-iger Teilnahme deiner Krankenkasse einreichen kannst, um die Rückerstattung zu erhalten. Auch hier hast du für 10 Kurstermine 13 Wochen Zeit.

4. Datenschutz

Der Teilnehmer erteilt sein Einverständnis, dass personenbezogene Daten zur internen Verwendung von „Lass Los Yoga“ elektronisch gespeichert werden. Diese Daten werden nicht an Dritte weitergeleitet.

Schwarzenberg, Januar 2022