

YOGA – IM EINKLANG MIT ATEM UND BEWEGUNG



BEWUSST
IM EINKLANG MIT
ATEM UND BEWEGUNG
SEIN

Anmeldung

- Es ist gut, mit leerem Magen zu üben; bitte 2 Stunden vor Kursbeginn nichts essen.
- Yogamatte, Sitzkissen, feste Decke und warme Socken bitte mitbringen (in meinem Raum in Mistelgau sind Matten, Kissen und Decken vorhanden).
- Bequeme Sportbekleidung tragen (ohne Gürtel, große Knöpfe etc.).
- Bitte auf stark riechende Düfte verzichten (Deo, Parfum, Haarspray).
- Handy bitte nicht mit in den Übungsraum nehmen.
- Rechtzeitig vor Stundenbeginn da sein (5 Minuten vorher).

- Die Kursgebühr bitte vor Kursbeginn per Überweisung oder Barzahlung begleichen.
- Schnupperstunde nach Absprache möglich

- Kontaktdaten: Margarete Geppert, Im Steig 26, 95490 Mistelgau, Tel. 09279/9718860
- Email: info@margarete-geppert.de · www.margarete-geppert.de
- Kontodaten Sparkasse Bayreuth: DE37 7735 0110 0030 1364 36 , BIC BYLADEM1SBT

Bitte vor Kursbeginn an mich zurücksenden. (Alle Angaben werden vertraulich behandelt)

Anmeldung für den Yogakurs in _____

Name / Vorname

Geburtsjahr

Wohnort / Telefon

Email

Nennenswerte Einschränkungen (bspw. Verletzungen, chronische Beschwerden, nennenswerte Operationen im letzten Jahr, Asthma, nicht eingestellter Bluthochdruck, Herzerkrankungen, Wirbelsäulenschäden oder -beschwerden, Knieprobleme, andere Besonderheiten wie z.B. psychische Erkrankungen, Einnahme von Psychopharmaka):

Wünsche, Erwartung an Deinen Yogakurs: _____

Anfänger/-in oder Fortgeschrittene /-r: _____

Wenn Du fortgeschritten übst, wie lange übst Du, wie regelmäßig und in welcher Tradition: _____

Yogaübungen dienen als Selbsthilfe und Selbstheilungsmethode. An den Kursen nehme ich in eigener Verantwortung teil.

- Ich stimme zu, dass meine Angaben aus diesem Anmeldeformular zum Zweck der Kursbuchung erhoben und verarbeitet werden. Diese Daten werden zum Zwecke der Informationsübermittlung (Mitteilung über neue Kursdaten, Übungspläne, allgemeine Informationen ...) und zur Verwaltung der Yogakurse gespeichert. Sie können Ihre Einwilligung jederzeit für die Zukunft per E-Mail an info@margarete-geppert.de widerrufen. Detaillierte Informationen zum Umgang mit Nutzerdaten finden Sie in meiner Datenschutzerklärung unter www.margarete-geppert.de/datenschutzerklaerung/.

Ort, Datum

Unterschrift