

Teilnahmehinweise und Geschäftsbedingungen:

- Für **Offene Stunden** ist **keine Voranmeldung** nötig. Einfach kommen und mitmachen!
- **Anmeldungen für Kurse und Workshops**, auch telefonisch oder per E-Mail, sind sofort kostenpflichtig und unabhängig vom Zahlungseingang verbindlich.
- **Stornierungen sind bis 4 Tage vor Beginn kostenlos und gezahlte Beträge werden zu 100% erstattet.**

Danach gilt unabhängig vom Grund der Absage:

- 1 bis 3 Tage vorher erstatten wir bei Kursen 90%, bei Workshops 40% der Gebühren.
 - ab dem ersten Tag eines Kurses schreiben wir 90% der Restgebühren ab dem Tag der Stornierung gut (keine Rückerstattung).
 - Bei Workshops ist ab dem Tag der Veranstaltung keine Rückerstattung oder Gutschrift mehr möglich.
 - Eine Anmeldebestätigung senden wir nur im Falle einer schriftlichen Anmeldung per Email zu.
 - **Versäumte Kursstunden** können auf Wunsch bis spätestens 3 Wochen nach Kursende in der Offenen-Stunden oder einem passenden Kurs nachgeholt werden. Frag deine Kursleitung nach dem für deinen Übungsstand passenden Angebot.
 - Bitte **bequeme Kleidung mitbringen**. Matten, Decken und Sitzkissen werden in ausreichender Zahl im Yogaraum zur Verfügung gestellt. Wenn du zu starkem Schwitzen neigst, bring bitte ein Handtuch mit.
- Bitte keine starken Düfte tragen und ca. 2 Stunden vor Kursbeginn nichts Schweres mehr essen.
- An gesetzlichen Feiertagen und an vorab ausgeschriebenen Ferienzeiten, bleibt der Yogaraum geschlossen.

Im Yoga-Studio:

- Wenn du ankommst, melde dich bei deiner Kursleitung, dass du als Anwesend vermerkt wurdest in der Kursliste. Auch bei einer offenen Stunde.
- Behalte **Wertsachen** bei dir, aber lass größere Taschen vor dem Raum!
- Schalte bitte dein **Handy** aus, bevor du den Yogaraum betrittst.
- Lege Matten und Decken nach der Stunde wieder sorgfältig zurück.

Gesundheit:

Wenn du gesundheitliche oder körperliche Beeinträchtigungen hast (z.B. Rückenbeschwerden, Bandscheibenvorfall, Bluthochdruck, aktuelle Unfälle oder OPs) oder schwanger bist, ist es ratsam, vor der Yogastunde deine/n **Yogalehrer/in** zu **informieren**. Hier kannst du uns eine Mitteilung machen:

Die Yogastunden sind darauf ausgerichtet, Körper und Geist zu balancieren. Passe die Übungen deinen Möglichkeiten an und **entspanne, wann immer es nötig ist**. Jegliche Haftung ist ausgeschlossen.

Für eine ruhige und meditative Atmosphäre:

Yogastunden beginnen und enden mit einer Tiefenentspannung und 3-mal „Om“. Dies führt in einen Zustand von Harmonie und Gleichgewicht. Die Hände können zum Gruß vor dem Herzen zusammengelegt. So beginnen und enden wir mit einer inneren Haltung der Wertschätzung und Achtsamkeit.

Wir wünschen dir einen schönen Aufenthalt. Wir freuen uns über Rückmeldungen. Bitte zögere nicht zu fragen oder uns deine Vorschläge mitzuteilen.

Bayernstraße 72, Eschau-Hobbach, Tel: 0176 610 540 30
angela@mahadevi-yoga.de, www.mahadevi-yoga.de

