

## Teilnahmehinweise und Geschäftsbedingungen – update COVID-19, 28.05.2020:

- Für **alle offenen Stunden online und Vorort** ist eine **Voranmeldung** nötig über Fitogram.
- Alle **Anmeldungen für Kurse, offene Stunden und Workshops**, sind sofort kostenpflichtig und unabhängig vom Zahlungseingang verbindlich.
- **Stornierungen von Kursen und Workshops 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 bzw. Workshops ist keine Rückerstattung oder Gutschrift mehr möglich.
- **Stornierungen von offenen Stunden online und Vorort sind bis 1 Stunde vor Beginn kostenlos** und gezahlte Beträge werden zu 100% erstattet. Danach wird der Beitrag nicht mehr erstattet.
- Eine Anmeldebestätigung wird automatisch von Fitogram gesendet.
- **Versäumte Kursstunden** können aufgrund der eingeschränkten Möglichkeiten **nicht mehr** nachgeholt werden.
- Bitte **bequeme Kleidung mitbringen, sowie** Matten, Decken, Sitzkissen und dein eigenes Wasser. 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, finden keine Yogastunden statt.

### Im Yoga-Studio:

- Wenn du ankommst, bitte beachte die Hygienehinweise Vorort.
- Verhalte dich Umsichtig und halte Abstand zu anderen Teilnehmern
- **Komme mindestens 10 min. vor Beginn der Stunde** um genug Zeit für die Hygiene Vorschriften zu haben.
- Behalte **Wertsachen** bei dir, aber lass größere Taschen vor dem Raum!
- **Schalte bitte dein Handy aus**, bevor du den Yogaraum betrittst.

### 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**.  
**Solltest du Erkältungsanzeichen, oder den Verdacht auf COVID-19 haben, komme nicht zu deiner Yogastunde und informiere die Yogalehrerin umgehend.**

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

