



## Gesundheitserklärung

Der Teilnehmer/die Teilnehmerin entscheidet in eigener Verantwortung, ob seine/ihre körperliche und psychische Verfassung geeignet ist, an dem gewünschten Online-Angebot teilzunehmen. Sofern hieran für den Teilnehmer/die Teilnehmerin Zweifel bestehen, ist vor einer Teilnahme ärztlicher Rat einzuholen.

Für alle Yogaangebote gilt:

Grundsätzlich ausgeschlossen ist eine Teilnahme bei

- Herz-Kreislauf-Beschwerden
- schwerwiegenden Lungenerkrankungen
- akutem Bandscheibenvorfall
- starkem Bluthochdruck
- schweren Herzkrankheiten und Herzfunktionsstörungen
- Ateminsuffizienz
- akut zu behandelnden oder medikamentös eingestellten psychischen Erkrankungen
- Schwangerschaft ab der 38. Woche

Mit seiner/ihrer verbindlichen Anmeldung erklärt der Teilnehmer/die Teilnehmerin, dass seine/ihre Teilnahme unter gesundheitlichen Gesichtspunkten unbedenklich ist und keine Kontraindikationen vorliegt.

Sollte der Teilnehmer/die Teilnehmerin während der Teilnahme gesundheitliche Veränderungen feststellen oder für möglich halten, ist Julia Cremasco zu informieren. Im Zweifel ist durch den Teilnehmenden/die Teilnehmerin die Teilnahme zu unterbrechen und ärztlicher Rat einzuholen.