

Haftungsausschlusserklärung

Ich nehme zur Kenntnis, dass Yoga körperlich anstrengend ist und wie jede Sportart bei unsachgemäßer Ausführung zu Verletzungen führen kann. Die Teilnahme am Yoga-Unterricht erfolgt auf eigenes Risiko.

Folgende Regeln sind bei der Teilnahme am Yoga-Unterricht zu beachten:

1. Ich bestätige hiermit, dass ich körperlich fit bin und eventuell in den letzten 6 Monaten von einem Arzt für Allgemeinmedizin untersucht wurde und damit an sämtlichen Yogaübungen, die ich hier erlernen werde, teilnehmen kann.

2. Während des Unterrichts werde ich den erteilten Instruktionen der Yogalehrerin aufmerksam Folge leisten und die Übungen entsprechend den Instruktionen (betreffend Zeitdauer, Art, Atmung und Position der jeweiligen Übung) ausführen und dabei nicht über meine physischen Grenzen gehen. Sollte ich eine Instruktion nicht verstanden haben oder die Übung aus sonstigen Gründen nicht ausführen können, werde ich mich auf die Yogamatte setzen und nach Möglichkeit an der folgenden Übung wieder teilnehmen oder vorab/ währenddessen mit der Yogalehrerin abgesprochen, wie ich sonst verfahren kann.

Ich verzichte hiermit im gesetzlich zulässigen Ausmaß gegenüber Frau Anna Steinig auf die Geltendmachung von jeglichem Schadenersatz, der mir bei der Teilnahme am Yoga-Unterricht entstehen könnte.

Ich habe den Inhalt dieser Erklärung gelesen, verstanden und zustimmend zur Kenntnis genommen.

Ort, Datum

Unterschrift