



Infoblatt Yogaprogramm JULI 2021

Für alle Einheiten gilt: Die aktuell gültigen Covid-19-Präventionsmaßnahmen sind zu beachten (siehe Infoblatt auf der Homepage).

Änderungen des Programms vorbehalten!

**Allgemeine Geschäftsbedingungen mit Stornobedingungen, Haftung, Datenschutz:
siehe Seite 4.**

Kleidung und Equipment: Für die Ausübung von Yoga ist keine spezielle Kleidung notwendig, die Kleidung sollte jedoch bequem sein und großen Bewegungsspielraum bieten. Bitte beachten: Der Yogaraum ist eine schuhfreie Zone, er ist mit Socken, Strümpfen oder barfuß zu betreten. Wenn möglich bitte aus hygienischen Gründen eigenes Equipment mitnehmen, zumindest bitte Folgendes mitnehmen:

- Decke
- Badetuch oder Gymnastikmatte oder Yogamatte
- Getränk (falls notwendig)

Max. kleiner Snack vor der Yogapraxis:

Zwischen dem Verzehr von Speisen und der Yoga-/Meditationspraxis sollten ein, besser zwei Stunden vergehen (je nach Verdaulichkeit der Speisen). Ausnahme bildet die Schwangerschaft: Hier sollte ein kleiner Snack vor der Yogapraxis verzehrt werden, um einer Unterzuckerung vorzubeugen.

| |
|--|
| für Menschen OHNE oder mit WENIG Erfahrung im Yoga |
|--|

- Offene Einheit (einzeln buchbare Gruppenstunden)
 - dienstags (im Juli), ab 17:15 Uhr, 90-100 min, offen für alle Könnertufen
 - Bei Schönwetter im Garten.
 - **Anmeldeschluss am Vortag um 18 Uhr.**
 - 15,- Euro/Person. Bezahlbar bar vor Ort oder mit Monatsabrechnung.
 - Ab 2 Teilnehmenden (max. 9).
- 4-wöchiger Schnupperkurs „Yoga kennen lernen“
 - montags, ab 19:15 Uhr, zum Einstieg in den Yoga, 90-100 min.
 - Paket mit 4 Einheiten: 02.08.21, 09.08.21, 16.08.21, 23.08.21.
 - **Anmeldeschluss am 30.07.2021.**
 - 60,- Euro/Person. Bezahlbar per Banküberweisung bis spätestens 1 Woche nach der 1. Einheit.
 - Ab 4 Teilnehmenden (max. 9).
- Wochenendseminar: Schnupperkurs „Yoga kennen lernen“
 - von 24.-25.07.2021, zum Einstieg in den Yoga
 - 4 Einheiten, jeweils 9:00-10:30 Uhr und 15:30-17:00 Uhr.
 - **Anmeldeschluss am 16.07.2021.**
 - 60,- Euro/Person. Bezahlbar per Banküberweisung bis 23.07.21.
 - Ab 4 Teilnehmenden (max. 9).
 - **ONLINE-Version: Von 31.07.-01.08.21.** Anmeldeschluss am 23.07.21.



für Menschen MIT guter Erfahrung im Yoga

- Offene Einheit (einzeln buchbare Gruppenstunden)
 - montags (im Juli), ab 19:00 Uhr, 90-100 min.
 - Für Geübte, körperlich mittelmäßig fordernd.
- Offene Einheit (einzeln buchbare Gruppenstunden)
 - dienstags (im Juli), ab 17:15 Uhr, 90-100 min.
 - Für alle Könnnerstufen (siehe oben).
- Offene Einheit (einzeln buchbare Gruppenstunden)
 - mittwochs (im Juli), ab 08:00 Uhr, 90-100 min.
 - Für Geübte, körperlich eher sanft.

Für alle offenen Einheiten gilt: Anmeldeschluss am Vortag um 18 Uhr. 15,- Euro/Person.
Bezahlbar bar vor Ort oder mit Monatsabrechnung. Die Einheiten findet ab 2 Teilnehmenden (max. 9) statt.

SPECIALS: im Yogastudio und Online

- *Privatstunden und „Yoga für 2“ (geteilte Privatstunde)*
- *Yoga zur Stressregulierung (Wochenendseminar)*
- *Meditation kennen lernen (Wochenendseminar)*

Details: siehe Seite 3



SPECIALS: im Yogastudio und Online

Privatstunden und „Yoga für 2“ (geteilte Privatstunde)

- 90-100 min, indoor oder outdoor, im Yogastudio oder online.
- Individuelle Terminvereinbarung.
- Bezahlungsmöglichkeiten Privatstunden:
 - 65,- Euro für eine Einheit, per Banküberweisung nach der Einheit.
 - Vergünstigtes 3er-Paket um 160,- Euro, gültig für 4 Wochen ab der 1. Einheit. Bezahlung per Banküberweisung nach der 1. Einheit.

Yoga zur Stressregulierung (Wochenendseminar)

„Beruhigt und gelöst. Yoga zum Abbau und zur Vorbeugung von Stress.“

- von 17.-18.07.2021, für alle Könnnerstufen
- 4 Einheiten, jeweils 9:00-10:30 Uhr und 15:30-17:00 Uhr.
- **Anmeldeschluss am 09.07.2021.**
- 60,- Euro/Person. Bezahlbar per Banküberweisung bis 16.07.21.
- Ab 4 Teilnehmenden (max. 9).
- Bei Interesse bitte eigenes Infoblatt anfordern.
- **ONLINE-Version: Von 28.-29.08.21.** Anmeldeschluss am 20.08.21.

Meditation (Wochenendseminar)

„Meditation kennen lernen“

- von 10.-11.07.2021, um Meditationen aus verschiedenen Traditionen kennenzulernen.
- 4 Einheiten, jeweils 08:30-09:30 Uhr und 15:30-17:00 Uhr. (Praxis + Hintergrundinformation + Austausch in der Gruppe).
- **Anmeldeschluss am 04.07.2021.**
- 50,- Euro/Person. Bezahlbar per Banküberweisung bis 09.07.21.
- Ab 4 Teilnehmenden (max. 9).
- Bei Interesse bitte eigenes Infoblatt anfordern.
- **ONLINE-Version: Von 04.-05.09.21.** Anmeldeschluss am 27.08.21.



Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Bezahlung:

Bei Yogaeinheiten mit Sibylle: Kursbeitrag und Einzelstunden per Banküberweisung auf das Konto: IBAN: AT18 2040 4002 0193 5303. BIC: SBGSAT2SXXX. Kontoinhaberin: Sibylle Lainer. Bank: Sparkasse Salzburg

Haftung:

Die Teilnahme an den Yoga- und Meditationseinheiten im *Yogastudio Gastein* erfolgt in eigener Verantwortung. Die Yoga- und Meditationseinheiten sind kein Ersatz für eine medizinische, physiotherapeutische oder psychotherapeutische Behandlung. Gesundheitliche Probleme und Einschränkungen sind der Lehrperson bei der Terminanmeldung bzw. vor Kursbeginn mitzuteilen. Das *Yogastudio Gastein* bzw. die Lehrpersonen übernehmen keine Haftung für Schäden jeglicher Art. Die Teilnehmenden bei den Yoga- und Meditationseinheiten erkennen dies ausdrücklich an.

Datenschutz:

Ihre Daten werden erhoben und verarbeitet gemäß der EU-Verordnung Nr. 679/2016 (DSGVO). Bitte beachten Sie dazu die Datenschutzerklärung, zu finden auf meiner Homepage unter www.yogastudio-gastein.at/j/privacy.

Storno und Absage:

Kurse:

- Falls die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, kann versucht werden, den Kurs auf einen späteren Zeitpunkt zu verschieben. Falls der Kurs tatsächlich abgesagt werden muss und sollte der Kurs bereits bezahlt worden sein, steht es den Teilnehmenden frei, den überwiesenen Betrag zurückerstattet zu bekommen oder statt des Kurses Einzelstunden (Anzahl und Dauer entsprechend dem Kursbeitrag) in Anspruch zu nehmen.
- **Eine Stornierung durch die teilnehmende Person ist bis 7 Tage vor Kursbeginn kostenfrei.** Bei einer späteren Stornierung fallen 100 % des Kursbeitrages an, wobei der bezahlte Betrag als Guthaben für eine andere Leistung vom Yogastudio Gastein verwendet werden kann. Das Guthaben verfällt nach 4 Monaten.
- Wird ein laufender Kurs von Seiten eines Teilnehmers / einer Teilnehmerin abgebrochen, werden die Kosten für die ausstehenden Einheiten nicht zurückerstattet.
- Wird ein laufender Kurs von Seiten der Kursleiterin abgebrochen, werden die Kosten für die ausstehenden Einheiten den Teilnehmenden rücküberwiesen.
- Nichtbesuchte Kursstunden befreien nicht von der Bezahlung der gesamten Kursgebühr.