

BITTE Seite 1 von den beiden Seiten AUSDRUCKEN (Seite 2 nur Infos für Dich)
AUSFÜLLEN & UNTERSCHREIBEN, entweder PER POST (Jessica Klein, Hauptstrasse 40,
54576 Hillesheim) ZUSENDEN ODER IM VITAL & GESUNDHEITZENTRUM ABGEBEN.

Hiermit melde ich mich zu folgendem Yogakurs - Start Februar 2025 , an (bitte ankreuzen):

Dienstagmorgen 8:15-9:30 Uhr
 Donnerstagmorgens 8:15-9.30 Uhr

Dienstagabend 19:15-20:30 Uhr
 Donnerstagabend 19:15-20:30 Uhr

Name: _____

Anschrift: _____

Handynummer: _____

Geburtsdatum: _____

E-Mail Adresse: _____

Bitte ankreuzen/ ausfüllen:

Schon Yoga Erfahrung? Ja Nein

Besteht eine Schwangerschaft? Ja Nein

Körperliche Einschränkungen? Ja Nein

Wenn „Ja,“ welche?

Der Kursbeitrag (105,- Euro) ist bis zum 15.01.2025 zu überweisen.
Kontodaten werden nach Erhalt der Anmeldung mitgeteilt.

Kursstart ist im Februar 2025/ in der Karnevalszeit ist eine Pause / der Kurs endet im März 2025.
Folgetermine sind in Planung.
(Kontakt/ Info Tel. 0176 45 80 60 35 / info@jessica-yoga.de)

Hiermit melde ich mich zum Kurs an :

Ort /Datum

Unterschrift

Folgendes ist noch gut zu wissen:

Mit dem Eingang der Zahlung für den Kurs, ist der Kurs fest gebucht mit 7 Einheiten, zu den vereinbarten Terminen.

Nimmt ein angemeldeter Teilnehmer, die angebotenen Leistungen nicht in Anspruch, entsteht kein Anspruch auf Rückzahlung bereits geleisteter Zahlung.

Bitte zu den Kursen immer 10 Minuten eher da sein, um sich in Ruhe im Raum zu platzieren, so dass wir pünktlich beginnen können.

Bitte die eigene Yogamatte und eine kuschelige Decke mit bringen. Mit deiner Decke deckst Du Dich bei der Schlussendspannung zu, da der Körper es dann gern warm hat. Ebenso werden wir die Decke bei gewissen Übungen unterlegen/einrollen und zur Unterstützung benutzen.

Zum Kurs bequeme, im besten Falle eng anliegende Kleidung tragen. Vielleicht ein separates Oberteil zum Überziehen (was warm hält) mitbringen.

Yogaübungen werden barfuss praktiziert, lediglich für die Anfangs und Endphase des Kurses wären Socken bitte mitzubringen.

Körperliche Einschränkungen sind mir mitzuteilen, da eventuell Übungen nicht gut für Dich sind.

Bitte vorher nicht üppig essen und auch nicht mit leerem Magen zum Yoga kommen.

Persönliche Gegenstände und Wertsachen werden auf eigene Verantwortung in die Räume des Gesundheitszentrums eingebracht. Eine Haftung für einen etwaigen Verlust wird nicht übernommen.

Kostenlose Parkplätze befinden sich neben dem Gesundheitszentrum.
Umkleiden und Toiletten sind ebenfalls vorhanden.

Daten Kurse:

Dienstags:

04.02.2025/ 11.02.2025 / 18.02.2025/ 25.02.2025

Karneval - Pause

11.03.2025/18.03.2025 /25.03.2025

Donnerstags:

06.02.2025/ 13.02.2025/ 20.02.2025

Karneval - Pause

06.03.2025/ 13.03.2025/ 20.03.2025/ 27.03.2025

Kurse finden im 1. Obergeschoss im Vital und Gesundheitszentrum, in Hillesheim statt.

Gebäude befindet sich Handwerkerstrasse 2 - Ecke- Kölnerstrasse 53 in Hillesheim.