

# Yoga Chalcedon

## HAFTUNGSAUSSCHLUSSERKLÄRUNG

Bei Präsenzunterricht und Videokauf

(Bitte leserlich in Blockbuchstaben schreiben)

---

(Vorname, Name)

Ich nehme zur Kenntnis, dass Yoga körperlich anstrengend ist und wie jeder Sportart bei unsachgemäßer Ausführung zu Verletzungen führen kann. Die Teilnahme am (Online-)Yoga-Unterricht erfolgt auf eigenes Risiko. Folgende Regeln sind bei der Teilnahme am (Online-)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.

Ich verzichte hiermit im gesetzlich zulässigen Ausmaß gegenüber Frau Ingrid Seipolt auf die Geltendmachung von jeglichem Schadenersatz, der mir bei der Teilnahme am (Online-)Yoga-Unterricht entstehen könnte.

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

---

(Ort und Datum)

---

(Unterschrift)