

Teilnahmebedingungen & Gesundheitserklärung

Das Herz des Yoga – authentisches Hatha Yoga für Anfänger, Mittelstufe und Wiedereinsteiger

Live-Online-Seminar

Anbieter und Kursleitung: Eva Makkos · evam@laya-art.net ·

Support: evam@laya-art.net

Bitte lesen Sie diese Bedingungen vor der Buchung. Die Buchung ist erst nach Ihrer Bestätigung möglich.

1. Art des Angebots Das Herz des Yoga ist ein Kurs der primären Prävention (§ 20 SGB V) für gesunde Erwachsene. Der Kurs dient der Stärkung Ihrer körperlichen und geistigen Ressourcen zur Stressbewältigung und ersetzt ausdrücklich keine ärztliche oder psychotherapeutische Diagnostik oder Behandlung.

2. Ausschlusskriterien / Kontraindikationen

Eine Teilnahme ist nicht möglich bei Vorliegen einer der folgenden Kontraindikationen:

- Akute Bandscheibenvorfälle oder akute Wirbelsäulenerkrankungen
- Akute entzündliche Gelenkerkrankungen
- Schwere kardiovaskuläre Vorerkrankungen oder nicht eingestellter Bluthochdruck
- Erhöhter Augeninnendruck (Glaukom) bei Umkehrhaltungen
- Schwangerschaft ohne ausdrückliche ärztliche Freigabe

Sind Sie unsicher, ob eine Kontraindikation vorliegt, klären Sie die Teilnahme bitte vorab mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt oder Ihrer Psychotherapeutin/Ihrem Psychotherapeuten ab. Bei Vorliegen einer Kontraindikation ist eine Teilnahme ausgeschlossen bzw. nur nach ärztlicher Freigabe möglich.

3. Teilnahme auf eigene Gefahr / Haftung Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung und eigene Gefahr. Führen Sie die Übungen im Rahmen Ihrer eigenen Grenzen aus und brechen Sie bei Schmerzen, Schwindel oder Unwohlsein sofort ab. Für einen sicheren, ausreichend großen Übungsplatz mit fester, rutschfester Unterlage (Yogamatte) an Ihrem Standort sind Sie selbst verantwortlich.

Der Anbieter haftet nicht für gesundheitliche Folgen, die auf die Nichtbeachtung der Sicherheitshinweise oder auf verschwiegene Kontraindikationen zurückzuführen sind. Die Haftung des Anbieters ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt; hiervon ausgenommen ist die Haftung für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit.

4. Technische Voraussetzungen & Datenschutz im Online-Setting Der Kurs findet als Live-Online-Seminar über Zoom statt. Voraussetzung sind ein ruhiger, ungestörter Raum sowie ein stabiler Internetzugang mit ausreichender Bandbreite (empfohlen: mind. 16 Mbit/s Download, 4 Mbit/s Upload).

- **Kameraausrichtung:** Ein Endgerät mit Kamera ist zwingend erforderlich. Bitte positionieren Sie Ihre Kamera so, dass Ihre Yogamatte und Ihr Körper bei den Übungen (Asanas) für die Kursleitung gut einsehbar sind. Nur so kann eine visuelle Überprüfung der Ausführung und eine präzise verbale Korrektur (Cueing) zur Vermeidung von Fehlhaltungen gewährleistet werden.
- **Datenschutz:** Zum Schutz der Privatsphäre aller Teilnehmenden werden die Live-Streams grundsätzlich nicht aufgezeichnet. Mit dem Anbieter der Videoplattform (Zoom) besteht ein entsprechender Auftragsverarbeitungsvertrag (AV-Vertrag) nach Art. 28 DSGVO.

5. Teilnahmequote und Krankenkassen-Zuschuss Für die Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen ist die Teilnahme an mindestens 80 % der Kurseinheiten erforderlich. Der Zuschuss erfolgt über Ihre Krankenkasse nach Vorlage der Teilnahmebescheinigung; für Höhe und Voraussetzungen der Erstattung ist Ihre Krankenkasse zuständig. Eine Gewähr für die Erstattung übernimmt der Anbieter nicht.

6. Gesundheitliche Selbstauskunft Der Kurs richtet sich an gesunde Erwachsene. Vor der Buchung bestätigen Sie per Häkchen, dass keine der unter Ziffer 2 genannten Kontraindikationen auf Sie zutrifft bzw. dass eine ärztliche Freigabe vorliegt. Wir fragen keine konkreten Gesundheitsdaten ab und speichern keine Angaben zu einzelnen Erkrankungen – erfasst wird ausschließlich Ihre Bestätigung dieser Teilnahmebedingungen. Soweit Ihre Bestätigung als Angabe zu Ihrem Gesundheitszustand gilt, verarbeiten wir sie nur zum Zweck der sicheren Kursdurchführung auf Grundlage Ihrer ausdrücklichen Einwilligung (Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO); die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Sie können diese Teilnahmebedingungen jederzeit herunterladen und speichern.

7. Bestätigung (bei der Buchung anzukreuzen) Mit dem Absenden der Buchung bestätige ich, dass ich diese Teilnahmebedingungen und Gesundheitserklärung gelesen und verstanden habe, dass die genannten Ausschlusskriterien auf mich nicht zutreffen (bzw. eine ärztliche Freigabe vorliegt), dass ich auf eigene Verantwortung teilnehme und die gesundheitliche Selbstauskunft gemäß Ziffer 6 bestätige.