Teilnahmebedingungen & Gesundheitserklärung

Stressbewältigung und Resilienz für Frauen: Onlineseminar

Anbieter: Laya Academy UG (haftungsbeschränkt),

Kursleitung Eva Makkos · eva.makkos@laya-academy.de ·

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

1. Art des Angebots

„Stressbewältigung und Resilienz für Frauen: Onlineseminar" ist ein Kurs der primären Prävention (§ 20 SGB V) für gesunde Erwachsene. Der Kurs dient der Stärkung Ihrer Stressbewältigungskompetenz und Resilienz und ersetzt ausdrücklich keine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung sowie keine ärztliche Diagnostik oder Behandlung.

2. Ausschlusskriterien / Kontraindikationen

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

- schwere behandlungsbedürftige psychische Erkrankungen (z. B. schwere Depression, Angst- oder Panikstörung, Psychose, Traumafolgestörung)
- akute körperliche Beschwerden, die gegen Bewegungs- oder Atemübungen sprechen

Maßnahmen zum multimodalen Stress- und Ressourcenmanagement sind für Versicherte mit schweren behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankungen kontraindiziert.

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 Unterlage 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

Der Kurs findet als Live-Online-Seminar über Zoom statt. Voraussetzung sind ein stabiler Internetzugang, ein Endgerät mit Kamera sowie ein ruhiger, ungestörter Raum. Die Kamera wird für die sichere Anleitung der Übungen benötigt. Ein technischer Support steht Kursteilnehmern zur Verfügung, Kontaktdaten im Teilnehmermanual.

5. Teilnahmequote und Krankenkassen-Zuschuss

Falls eine Bezuschussung durch eine gesetzlichen Krankenkasse gewünscht ist, ist die Teilnahme an mindestens 80 % der Kurseinheiten erforderlich. Der Zuschuss erfolgt über Ihre gesetzliche 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.

Stand: September 2026