$ChiYOGA \mid Schwangerschafts - \& R\"{u}ckbildungs-YOGA$



Jeannette Steger Yogalehrerin RYT 500+ ChiYOGA | Inside Flow | Dipl. Pre- & Postnatal Yogalehrerin | SVEB 1

ANMELDUNG

ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA

Name			Vorname						
Strasse			PLZ/Ort						
TelNr			Mobile						
E-Mail			Geburtstag						
Geburtstermin									
• Chi YOGA • Schwar		erschaftsYOGA • RückbildungsYOGA							
Wie bist du auf m	ich, gestossen?								
O Internet	O Freunde	O Prospekt	O Andere						
Was erwartest du vom ChiYOGA, Schwangerschaft- & Rückbildungs-YOGA und was möchtest Du erreichen?									
Treibst du regelmässig Sport? Wenn ja, wie oft? Welchen Sport ja O				nein O					
Hast du schon Erfahrung mit Yoga? Wenn ja, wie lange und wo? ja O				nein O					
Bist du momentan in ärztlicher Behandlung? Weshalb? ja O					nein O				
Hat der Arzt Dir di	ie Erlaubnis für Yog	a erteilt?		ja O	nein O				
Nimmst Du zurzei	t Medikamente ein´	?		ja O	nein O				

Rückenschmerzen ja O nein O Bandscheibenvorfällen ja O nein O Nackenproblemen ja O nein O Verspannungen ja O nein O Arthrose/Rheuma ja O nein O Gelenkschmerzen ja O nein O Ashma/Bronchitis ja O nein O Allergien ja O nein O Allergien ja O nein O Blasenschwäche ja O nein O Herz-/Kreislaufbeschwerden ja O nein O Blasenschwäche ja O nein O Herz-/Kreislaufbeschwerden ja O nein O Beckenbodenproblemen ja O nein O Bluthochdruck ja O nein O Stresssymptome / Burnout ja O nein O Knieprobleme ja O nein O Knieprobleme ja O nein O Corpol Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O	Leidest du unter							
Arthrose/Rheuma ja O nein O Gelenkschmerzen ja O nein O Asthma/Bronchittis ja O nein O Allergien ja O nein O Blasenschwäche ja O nein O Herz- / Kreislaufbeschwerden ja O nein O Beckenbodenproblemen ja O nein O Bluthochdruck ja O nein O Stresssymptome / Burnout ja O nein O Knieprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Restehen andere Beschwerden oder fühlst du dich in irgendeiner Art und Weise eingeschränkt? Hattest du in letzter Zeit Operationen / Eingriffe? ja O nein O nein O Restehen anderer Grund aus eigener Erfahrung oder auf Ärztlichen Rat, weshalb du NICHT regelmässig trainieren sollten? ja O nein O nein O rein O nein O Restehe eingeschränkt? Teilnahmebedingungen ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für anlässlich der Kursteilnahmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bilte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurzfristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in ChiYOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche An sprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich di Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	Rückenschmerzen	ja O	nein O	Bandscheibenvorfällen	ja O	nein O		
Asthma/Bronchitis ja Q nein Q Allergien ja Q nein Q Blasenschwäche ja Q nein Q Herz- / Kreislaufbeschwerden ja Q nein Q Beckenbodenproblemen ja Q nein Q Bluthochdruck ja Q nein Q Stresssymptome / Burnout ja Q nein Q Knieprobleme ja Q nein Q Carpal Tunnel Syndrom ja Q nein Q Schilddrüsenprobleme ja Q nein Q Bestehen andere Beschwerden oder fühlst du dich in irgendeiner Art und Weise eingeschränkt? Hattest du in letzter Zeit Operationen / Eingriffe? ja Q nein Q Besteht ein anderer Grund aus eigener Erfahrung oder auf Ärztlichen Rat, weshalb du NICHT regelmässig trainieren sollten? ja Q nein Q Teilnahmebedingungen ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehenden Personen- oder Sachschaden. Sämtliche Versicherungen sind Sache der Kursteilnehmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bitte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurztristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. Bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA	Nackenproblemen	ja O	nein O	Verspannungen	ja O	nein O		
Blasenschwäche ja O nein O Herz - / Kreislaufbeschwerden ja O nein O Beckenbodenproblemen ja O nein O Bluthochdruck ja O nein O Stresssymptome / Burnout ja O nein O Knieprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O	Arthrose/Rheuma	C oį	nein O	Gelenkschmerzen	ja O	nein O		
Beckenbodenproblemen ja O nein O Bluthochdruck ja O nein O Stresssymptome / Burnout ja O nein O Knieprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O Carpal Tunnel Syndrom ja O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O nein O Schilddrüsenprobleme ja O nein O n	Asthma/Bronchitis	C pcj	nein O	Allergien	ja O	nein O		
Stresssymptome / Burnout ja Q nein Q Knieprobleme ja Q nein Q Carpal Tunnel Syndrom ja Q nein Q Schilddrüsenprobleme ja Q nein Q Bestehen andere Beschwerden oder fühlst du dich in irgendeiner Art und Weise eingeschränkt? Hattest du in letzter Zeit Operationen / Eingriffe? ja Q nein Q Besteht ein anderer Grund aus eigener Erfahrung oder auf Ärztlichen Rat, weshalb du NICHT regelmässig trainieren sollten? ja Q nein Q Teilnahmebedingungen ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung, Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehenden Personen- oder Sachschaden. Sämtliche Versicherungen sind Sache der Kursteilnehmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bitte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurzfristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in ChiYOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche An sprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich di Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	Blasenschwäche	C pcj	nein O	Herz- / Kreislaufbeschwerden	ja O	nein O		
Carpal Tunnel Syndrom ja o nein o Schilddrüsenprobleme ja o nein o	Beckenbodenproblemen	C pcj	nein O	Bluthochdruck	ja O	nein O		
Bestehen andere Beschwerden oder fühlst du dich in irgendeiner Art und Weise eingeschränkt? Hattest du in letzter Zeit Operationen / Eingriffe? ja O nein O Besteht ein anderer Grund aus eigener Erfahrung oder auf Ärztlichen Rat, weshalb du NICHT regelmässig trainieren sollten? ja O nein O Teilnahmebedingungen ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehenden Personen- oder Sachschaden. Sämtliche Versicherungen sind Sache der Kursteilnehmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bitte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurzfristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche An sprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich di Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	Stresssymptome / Burnout	C pcj	nein O	Knieprobleme	ja O	nein O		
Hattest du in letzter Zeit Operationen / Eingriffe? ja O nein O Besteht ein anderer Grund aus eigener Erfahrung oder auf Ärztlichen Rat, weshalb du NICHT regelmässig trainieren sollten? ja O nein O Teilnahmebedingungen ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterin übernimmt keine Hattung für anlässlich der Kursteilnahme entstehenden Personen- oder Sachschaden. Sämtliche Versicherungen sind Sache der Kursteilnehmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bitte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurztristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in ChiYOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche An sprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich dit Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	Carpal Tunnel Syndrom	ja O	nein O	Schilddrüsenprobleme	ja O	nein O		
Besteht ein anderer Grund aus eigener Erfahrung oder auf Ärztlichen Rat, weshalb du NICHT regelmässig trainieren sollten? ja O nein O n	Bestehen andere Beschwere	den oder f	fühlst du dich in	irgendeiner Art und Weise einge:	schränkt?			
Teilnahmebedingungen ChiYOGA, Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehenden Personen- oder Sachschaden. Sämtliche Versicherungen sind Sache der Kursteilnehmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bitte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurzfristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in ChiYOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche Ansprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich dit Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	Hattest du in letzter Zeit Ope	erationen /	/ Eingriffe?	ја 🔾	nein O			
Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterin übernimmt keine Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehenden Personen- oder Sachschaden. Sämtliche Versicherungen sind Sache der Kursteilnehmerin. Die Anmeldung ist verbindlich. Im Verhinderungsfall bitte ich um eine Absage mind. 6 Std. vorher. Bei kurzfristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in ChiYOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche Ansprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich die Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.		aus eigene	er Erfahrung ode		_	ılmässig		
Bei kurzfristiger Absage werde ich die Stunden verrechnen. Eine Lektion umfasst 90 Min. bei Gruppen in ChiYOGA 60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche Ansprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich die Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	Die Teilnahme erfolgt auf eie Kursteilnahme entstehender	gene Verd	antwortung. Die ł	Kursleiterin übernimmt keine Haft	tung für anl			
60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA 60 Min. bei Einzelperson Mit meiner Unterschrift bestätige ich, die Fragen ehrlich beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche Ansprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich die Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	_		_	_	Std. vorher.			
sprüche im Schadensfall. Die Kursteilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben. Zudem verpflichte ich mich die Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.	6	60 Min. bei Gruppen in Schwangerschafts- & Rückbildungs-YOGA						
Kursleiterin über allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft zu informieren. Die Daten werden von mir, Jeannette Steger, vertraulich behandelt.		ätige ich,	die Fragen ehrli	ch beantwortet zu haben und ver	zichte auf jo	egliche An		
Datum: Unterschrift:	Kursleiterin über allfällige ge	esundheit	liche Probleme, (Operationen und Schwangerscho	•			
	Datum:			Unterschrift:				

 $fit\ f\"{u}r\ YOGA\ |\ Jeannette\ Steger\ |\ B\"{u}ndtenweg\ 5\ |\ 4423\ Hersberg\ |\ Telefon\ 079\ 457\ 45\ 27\ |\ info@fit-fuer-yoga.com$

Anmeldung Seite 2 von 2