

**Hiermit melde ich mich für den Kurs „Hatha Yoga für Schwangere“ an:**

**Mittwoch, 30. Januar bis 20. März 2019 – 19.30 – 20.30 Uhr mit Renata Iorio**

8 Einheiten á 60 Minuten - Kursgebühr € 100,- /

Sie zahlen die Einheiten des Kurses nur bis zur 36sten SSW am Stück und ab der 37 SSW einzeln mit € 12,50.

**+++ Anmeldefrist: Mittwoch, 23. Januar +++**

**Bezuschussung der gesetzlichen Krankenkassen:** „Hatha-Yoga“-Präventionskurse werden in der Regel von den gesetzlichen Kassen alle zwei Jahre bezuschusst. Voraussetzung ist die Teilnahme von mindestens 80 % der Kurseinheiten. Der yogaklub übernimmt keine Gewähr für die Kostenübernahme. Ob und in welcher Höhe Ihre Kasse einen „Hatha-Yoga“ Kurs mit RENATA IORIO bezuschusst, erfahren Sie von Ihrer Krankenkasse vor Ort.

**Verpasste Einheiten:** Verpasste Einheiten können nicht nachgeholt, ausbezahlt oder im Folge-Kurs drangehängt werden.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Adresse, PLZ, Ort: \_\_\_\_\_ Krankenkasse: \_\_\_\_\_

Telefon/Mobil: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_ SSW: \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass mein Gesundheitszustand die Teilnahme an Yoga-Kursen erlaubt, ich die angehängten Informationen auf den Seiten 2 und 3 gelesen habe und stimme den AGBs (unter [www.yogaklub.de](http://www.yogaklub.de)) zu.**

\_\_\_\_\_  
Ort/Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift, Name Teilnehmer/in

**Für die verbindliche Anmeldung überweisen Sie bitte die Kursgebühr bis zur o.a. Anmeldefrist an die u.a. Bankverbindung.**

**Vielen Dank ☺**

**Ihr yogaklub-Team**

**yogaklub**  
Inh. Renata Iorio  
Humboldtstr. 69 HH  
60318 Frankfurt

**Fon. 0178-97 79 142**  
**Mail. [info@yogaklub.de](mailto:info@yogaklub.de)**  
**Web. [www.yogaklub.de](http://www.yogaklub.de)**

**Frankfurter Sparkasse**  
**Renata Iorio**  
**Konto 12 00 147 209**  
**BLZ 500 502 01**  
**IBAN DE96 5005 0201 1200 1472 09**  
**BIC HELADEF1822**  
**Gläubiger-ID DE75ZZZ00001508618**

Liebe Frauen,

anbei findet ihr die Informationen zu unseren Kursen „Yoga für Schwangere“.

**Die aktuellen Termine entnehmt ihr aus unserem Kursplan und dem Anmeldeformular im Downloadbereich.**

**Preise:**

**+++ Yoga für Schwangere - 8 x 60 Min - € 100,-**

Die Yoga-Kurse für Schwangere können ab der 37sten Schwangerschaftswoche einzeln besucht und mit jeweils € 12,50 in bar vor Ort bezahlt werden.

**Anmeldeverfahren:**

**!!! Bitte bedenkt, dass wir aus organisatorischen Gründen keine Platzreservierungen entgegennehmen können.** Verbindlich angemeldet ist, wer die Kursgebühr überwiesen hat **UND** das Anmeldeformular ausgefüllt zugesandt hat.

**Zudem verschicken wir keine automatische Anmeldebestätigung. Wir melden uns lediglich, wenn der Kurs bereits ausgebucht ist oder wegen zu weniger Anmeldungen nicht zustande kommt.**

Verbindlich angemeldet ist also, wer die Kursgebühr überwiesen und die Anmeldung ausgefüllt zugeschickt hat. Das Anmeldeformular benötigen wir nicht im Original. Ihr könnt es z.B. auch mit dem Smartphone abfotografieren und als Anhang mailen. Sollt ein Kurs ausgebucht sein, gilt die Reihenfolge der eingegangenen Anmeldungen und Zahlungseingänge für die Platzvergabe. Wie schnell ein Kurs ausgebucht ist und bis wann man sich spätestens anmelden muss, können wir leider nicht voraussehen.

**Anmeldefrist:** Die aktuelle Anmeldefrist entnehmt ihr ebenfalls dem Anmeldeformular im Downloadbereich unserer Webseite.

**Bezuschussung der gesetzlichen Krankenkassen:** Gesetzliche Krankenkassen bezuschussen „Hatha Yoga Kurse“ als Präventionskurse zur Stressreduktion und Entspannung. Wie oft und in welcher Höhe pro Jahr ein solcher Kurs bezuschusst wird, ändert sich fast jährlich und ist von Kasse zu Kasse unterschiedlich. Am besten, ihr erkundigt euch rechtzeitig vor Beginn des Kurses bei eurer KK vor Ort, ob und in welcher Höhe die Kasse den Kurs im aktuellen Jahr bezuschusst. Wichtig ist die Nennung des Namens der Kursleitung (nicht des Anbieters, in diesem Fall der yogaklub). Die Kursleitung für den aktuellen Kurs entnehmt ihr bitte dem Anmeldeformular im Downloadbereich.

Voraussetzung für die Zuschussung ist unter anderem die mindestens 80%-ige Teilnahme an einem Kurs - also mindestens 7 von 8 Einheiten. Der yogaklub kann keine Gewähr zur Zuschussung übernehmen.

Die Kursleitung führt während des Kurses eine Anwesenheitsliste, auf der sich die Teilnehmenden eintragen. Anhand dieser Liste kann am Ende des Kurses nachvollzogen werden, wer die Mindestteilnahme erfüllt.

**yogaklub**  
**Inh. Renata Iorio**  
**Humboldtstr. 69 HH**  
**60318 Frankfurt**

**Fon. 0178-97 79 142**  
**Mail. [info@yogaklub.de](mailto:info@yogaklub.de)**  
**Web. [www.yogaklub.de](http://www.yogaklub.de)**

**Frankfurter Sparkasse**  
**Renata Iorio**  
**Konto 12 00 147 209**  
**BLZ 500 502 01**  
**IBAN DE96 5005 0201 1200 1472 09**  
**BIC HELADEF1822**  
**Gläubiger-ID DE75ZZZ00001508618**

**Teilnahmebescheinigung und Erstattung:** 10-14 Tage nach Kursende werden die Teilnahmebescheinigungen an die Teilnehmenden per E-Mail verschickt. Aus diesem Grund ist die leserliche Nennung der E-Mail-Adresse auf dem Anmeldeformular erforderlich ;-). Ihr ergänzt die Bescheinigung mit eurer Bankverbindung und Unterschrift und sendet die Bescheinigung an eure Kasse weiter.

Manche Kassen werden euch eine Vorlage dazu schicken. Das ist nicht notwendig. Das Verfahren ist für alle Kassen einheitlich standardisiert und der yogaklub verfügt über die richtigen Vorlagen.

## **Kursinhalt:**

- Yogaposen, die an die körperlichen Veränderungen und persönlichen Bedürfnisse der schwangeren Frauen angepasst sind,
- Schulter, Nacken und Rücken werden gelockert und gestärkt,
- Körperhaltungen für mehr Kraft und Energie,
- Atem- und Entspannungstechniken, die effektiv zur Ruhe kommen lassen und helfen sich mental auf die Geburt vorzubereiten,
- Erfahrungsaustausch mit anderen Schwangeren

**Verpasste Einheiten:** Verpasste Einheiten können nicht nachgeholt, ausbezahlt oder im Folgekurs drangehängt werden. Das gilt leider auch im Krankheitsfall.

**Mitbringen** braucht ihr lediglich bequeme Kleidung. Matten, Decken, Sitzkissen etc. sind vor Ort ausreichend vorhanden. Wasser und Tee sind inklusive.

**Rücktritt & AGB´s:** Bitte lest euch die AGB´s auf unserer Webseite durch. Ein Rücktritt und die Erstattung der Kursgebühr sind nur bis 7 Tage vor Kursstart möglich. Das gilt leider auch im Krankheitsfall. Eine Ausnahme bildet hier der Kurs für Schwangere. Aber das steht alles auch noch einmal genau in den AGB´s.

**Kursort** ist der yogaklub in der Humboldtstr. 69, 60318 Frankfurt, in unmittelbarer Nähe der U5 Haltestelle Glauburgstraße. Der Holzhausenpark ist ganz in der Nähe.

**Zu spät kommen – Bitte Entspannungssequenz vor der Tür abwarten:** Der Kursraum ist 15 Minuten vor Kursbeginn geöffnet. Jede Einheit startet pünktlich mit einer Entspannungssequenz. Um die Gruppe in der Entspannung nicht zu stören, möchten wir euch bitten die Entspannungssequenz von ca. 10 Min. vor der Tür abzuwarten, falls ihr einmal zu spät kommt.

**Parken:** Leider verfügt der yogaklub über keine eigenen Parkplätze. Wer mit dem Auto kommt, muss etwas Zeit für die Parkplatzsuche mitbringen.

**Wenn ihr noch Fragen habt, meldet euch gerne** per Mail oder telefonisch unter 0178-97 79 142.

**Herzliche Grüße,**

**euer yogaklub-Team**

**yogaklub**  
**Inh. Renata Iorio**  
**Humboldtstr. 69 HH**  
**60318 Frankfurt**

**Fon. 0178-97 79 142**  
**Mail. [info@yogaklub.de](mailto:info@yogaklub.de)**  
**Web. [www.yogaklub.de](http://www.yogaklub.de)**

**Frankfurter Sparkasse**  
**Renata Iorio**  
**Konto 12 00 147 209**  
**BLZ 500 502 01**  
**IBAN DE96 5005 0201 1200 1472 09**  
**BIC HELADEF1822**  
**Gläubiger-ID DE75ZZZ00001508618**