



GESUNDHEITSFRAGEBOGEN

(meine Angaben werden vertraulich behandelt und dienen meiner eigenen Sicherheit)

Vorname _____ Nachname _____

Strasse _____ Postleitzahl _____ Wohnort _____

Email _____ Telefonnummer _____

Geburtsdatum _____ Krankenkasse _____ Beruf _____

Betreiben Sie regelmäßig Sport? Wenn ja, was und wie oft die Woche? Ja Nein

Haben Sie Erfahrungen mit Yoga? Wenn ja, wann, wie lange, wie oft? Ja Nein

Was sind Ihre persönlichen Ziele, was wollen Sie mit dem Kurs erreichen?

Wieviel Stress empfinden Sie im Moment?

O gar nicht O wenig O mittel O viel O sehr viel

Bitte beachten Sie, die Teilnahme am Hatha Yoga Onlineseminar setzt einen guten Gesundheitszustand voraus!

Beim Vorliegen von Kontraindikationen (s. Beiblatt) ist eine Teilnahme am Hatha Yoga Onlineseminar nicht möglich.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und Verantwortung. Eine Haftung kann nicht übernommen werden.

Ihre persönlichen Daten werden von GANZ ICH selbstverständlich streng vertraulich behandelt. Ihre Gesundheitsdaten

werden nicht in Kombination mit Ihren identitätsbezogenen Daten gespeichert. Sie bestätigen mit Ihrer Unterschrift, das Sie

die Fragen wahrheitsgetreu beantwortet zu haben und auf jegliche Ansprüche im Schadensfall zu verzichten. Mit Ihrer

Unterschrift bestätigen Sie die Kenntnisnahme von obigem Sachverhalt und daß Sie die Kontraindikationen zur Kenntnis

genommen haben und ausschließen.

Ort, Datum _____ Unterschrift _____



GESUNDHEITSFRAGEBOGEN BEIBLATT

Kontraindikationen für das Onlineseminar Hatha Yoga sind:

behandlungsbedürftige Erkrankungen des Bewegungsapparates
starker Bluthochdruck
schwere Herzkrankheit
Epilepsie
schwere behandlungsbedürftige psychische Erkrankung
Psychose
akute depressive Episode
aktive Substanzabhängigkeit (z.B. Alkohol, Medikamente, Drogen...)
akutes oder unverarbeitetes Trauma
Medikamente, welche die Aufmerksamkeit oder das Bewusstsein beeinträchtigen
Schwangerschaft Kursstart vor der 13. Woche
