

Mein Yogaraum

Iv Jaeger ✨ In den Gänsgräben 79 ✨ 68542 Heddesheim

Regeln

Für ein achtsames Miteinander

1. Teilnahme

MEIN YOGARAUM bietet Platz für maximal 6 TeilnehmerInnen. Daher ist eine verbindliche Anmeldung notwendig.

2. Kleidung & Schuhe

Ziehe an, worin Du Dich wohl fühlst und Du Dich gut bewegen kannst.
Für die Schuhe steht ein Regal VOR dem Yogaraum bereit. Bitte nur ohne Schuhe eintreten.

3. Matten

Es sind genügend Matten in MEIN YOGARAUM vorhanden, Du kannst natürlich auch gerne Deine eigene Matte mitbringen

4. Essen & Trinken

Wenn es möglich ist, iss und trink 30 Minuten vor der Yogastunde nichts mehr.
Bitte kein Kaugummi im Yogaraum.

5. Rauchen & Parfum

Bitte verzichte auf Parfüms und versuche, nicht direkt vor der Stunde zu rauchen.

6. Mobiltelefone

Die Zeit im YOGARAUM ist Deine Zeit und die der anderen TeilnehmerInnen. Bitte nimm Rücksicht darauf und stelle Dein Mobiltelefon lautlos und schalte auch die Vibration aus.

7. Zuspätkommen

Bitte stelle Dich darauf ein, spätestens zehn Minuten vor Kursbeginn da zu sein, damit Du genügend Zeit hast, auch mental anzukommen und Dich auf den Kurs vorzubereiten. Kurz vor Kursbeginn werde ich aus Sicherheitsgründen und aus Respekt den anderen gegenüber die Türe schließen.

Herzlichen Dank.