



## MONDSEE *Intensiv-Workshops*

7. März, Rücken 1: Unterer Rücken, Hüfte, Beine | 1. Chakra

21. März, Beckenboden | Wurzel-Chakra

9. Mai, Rücken2: Schulter-Nacken-Kopf | 4. Chakra

€ 108 je Workshop-Tag

2 Workshop Tage kombiniert: € 190

3 Workshop Tage kombiniert: € 270

**VOR dem 31. Januar 2026**

**Early Bird Bonus:**

€ 10 Reduktion auf jede beliebige Buchungskombi inklusive Mittags-Snack

### Anmeldung

Bitte ankreuzen

- Sa., 7. März | unterer Rücken, Hüfte
- Sa., 21. März 26 | Beckenboden
- Sa., 9. Mai | Schulter-Nacken Kopf

Vor – und Zuname

Strasse, PLZ und Wohnort

Geburtsdaten

Mobil Tel.

E-Mail



#### i) Bisherige YOGA Erfahrungen

gar keine       geringe Vorkenntnisse

jahrelange Yoga-Praxis ... Jahre  
| praktizierter YOGA Stil ....

sportliche Aktivitäten, die du regelmäßig ausübst

#### ii) Gesundheitliche Themen

- Bandscheibenvorfall | wo...
- Blutdruck | o hoch o niedrig
- Brust- o.a. Implantate (nicht Zahn) | welche ...
- Diabetes

- Herzprobleme | welche ...
- Knochenbrüche | welche ...
- Krankenhaus im letzten Jahr | warum...
- Schlaganfall | wann...

#### ... mehr über meine Gesundheit

Gelenkschmerzen  Rücken | wo...  Nacken  
 Skoliose (Fehlstellung der Wirbelsäule)

Schulter  Hüfte  Knie  
 anderes ...

Atmung  RaucherIn  Asthma  andere Atem-Themen...  
Kopfschmerzen  nie  gelegentlich  häufig  
Magen  Geschwüre  Verdauungsbeschwerden

anderes...

Bitte das Blatt auch auf der Rückseite ausfüllen und unterschreiben

## ... noch mehr über meine Gesundheit

Schwangerschaft gehabt: o nein / o ja | wie viele .... o aktuell: Geburtstermin ... .... | Besonderheiten ....  
STRESS-Belastung im Alltag o hoch o mittel o wenig  
Gehör o Hörgerät o Tinnitus o anderes...  
Augen o weit - / o kurzsichtig | wie stark ... o Augendruckprobleme  
Operationen wann & welche ...  
Krebs | Tumor wann & welche ...  
Nimmst du Medikamente o nein o ja | welche ...  
Psychische Themen o Burn Out o Depression o Phobien & Ängste | welche ...  
o Schlafstörungen o anderes ...

Andere körperliche Verletzungen, aktuelle Therapien, psychische oder psychische Gesundheits-Themen oder was du an dieser Stelle noch sagen möchtest

.....

Wie würdest du deinen allgemeinen Gesundheitszustand bezeichnen:

o sehr gut o gut o geschwächt o schwach

Was möchtest du verändern oder erreichen, was sind deine Erwartungen ...

---

## Haftungsausschluß

Weder die YOGA Lehrerin noch eine beauftragte Vertretung noch ein Veranstalter können für ev. Verletzungen oder Schäden haftbar gemacht werden. Für ev. Verletzungen oder Schäden (sachlich, körperlich oder psychisch) des/der TeilnehmerIn wird keine Haftung übernommen.

Ich bin mit den Kurs- & Workshop-Bedingungen/AGBs lt. [www.yogabi.at](http://www.yogabi.at) einverstanden und bleibe für alle gesundheitlichen und körperlichen Veränderungen und Entwicklungen vor, während und nach dem YOGA Kurs bzw. anderer YOGA Veranstaltung eigenverantwortlich.

Ich habe diesen Fragebogen mit bestem Wissen und Gewissen über meinen Gesundheitszustand ausgefüllt und erkläre:

- Es ist mir kein Grund bekannt, warum ich YOGA nicht praktizieren sollte.
- Ich bin bereit, den Übungs-Anleitungen der YOGA Lehrerin bestmöglich zu folgen.
- Ich bin damit einverstanden, dass im Unterricht „hands on“ Techniken zur individuellen Unterstützung in den Übungen („Adjustment“) durch die Yogalehrerin, Gabriele I. Haslinger, ausgeführt werden.
- Ich bin in guter physischer + psychischer Verfassung + kann aktive + passive Bewegungen selbständig ausführen.
- Ich bin - bis auf Widerruf - damit einverstanden, 3 – 5 Mal/J. über YOGABI Events per E-Mail informiert zu werden.
- Ich weiß, dass die Teilnahme an dieser Veranstaltung nicht den Besuch bei einem Arzt oder Therapeuten ersetzt. Über etwaige Veränderungen meines Gesundheitszustandes informiere ich die Yoga Lehrerin sofort.



7. März, Rücken 1: Unterer Rücken, Hüfte, Beine | 1. Chakra

21. März, Beckenboden | Wurzel-Chakra

9. Mai, Rücken 2: Schulter-Nacken-Kopf | 4. Chakra

€ 108 je Workshop-Tag

2 Workshop Tage kombiniert: € 190

3 Workshop Tage kombiniert: € 270

VOR dem 31. Januar 2026

Early Bird Bonus:

€ 10 Reduktion auf jede beliebige Buchungskombi inklusive Mittags-Snack



Unterschrift ..... Ort und Datum .....  
Die Informationen auf diesem Blatt werden vertraulich behandelt.