

Infos und Sonstiges / 2023

Kosten:

Präsenzunterricht:

Januar – März 12x im Abo 240 Fr. / April – Juni 11x im Abo 220 Fr.

30 Fr. für Einzellektionen (Rechnung per Quartal)

Per Zoom (live online):

Januar – März 12x im Abo 180 Fr. / April – Juni 11x im Abo 165 Fr.

25 Fr. für Einzellektionen (Rechnung per Quartal)

Die Abo's müssen im Voraus bezahlt werden und werden nur bei längerer Krankheit und bei Vorweisen eines ärztlichen Attests zurückerstattet. Falls Kurstage ausfallen, weil die Kursleiterin ausfällt, wird den Teilnehmer mit einem Abo die Lektion prozentual zurückerstattet.

Ich bin Mitglied des Schweizeryogaverbands und habe die Krankenkassenanerkennung. Bitte klären Sie mit ihrer Kasse ab, welche Kosten übernommen werden.

Ferien / Freitage:

Sind auf der Webseite (www.orancho.ch) ersichtlich

Mitbringen:

Bequeme Kleidung, evtl. eine Decke und Yogamatte

Essen:

Am besten übt es sich mit leerem Magen, darum sollte mindestens 2 Stunden vor dem Unterricht nichts gegessen werden.

Raum:

Der Yoga-Raum befindet sich im Pferde-Stallgebäude Sika im Dachgiebel und bietet Platz für ca. 12 Personen. Ein WC ist vorhanden.

Anfahrt/Parkieren:

Vom Parkhaus Aletsch in Mörel sind es ca. 2 Gehminuten zum Stall. Über die Privatstrasse Aletsch AG, welche zum Kraftwerk EnAlpin führt, kann der Stall ebenfalls erreicht werden. Da es sich hier um eine Privatstrasse handelt, wird jede Haftung der Zufahrt abgelehnt. Bitte parkieren Sie, wenn möglich vor dem Stall oder dem Gitter entlang des weissen Hauses/des Kraftwerks. (Nicht vor den Garagen)

Eigenverantwortung:

Wie in jeder Sportart, kann man sich auch im Yoga verletzen. Die Teilnehmer werden darauf aufmerksam gemacht, die Übungen so auszuführen, dass ihnen dabei kein Schaden entsteht. Jeder spürt selber am besten, wie weiter er sich in die Position begeben kann. Im Schadensfall wird jede Haftung seitens der Kursleitung abgelehnt.

Allfällige gesundheitliche Probleme, Operationen und Schwangerschaft sollten der Kursleitung gemeldet werden.

Ich biete zurzeit kein Therapeutisches Yoga an.