

Information und Einverständniserklärung zur Transformativen Atemreise (Breathwork)

Hinweis für einen maximalen Effekt der Atemreise: Nimm Dir für die Integration und Verarbeitung nach der Atemreise etwas Zeit für Dich.

Dieses Dokument dient der Aufklärung über mögliche körperliche und psychische Effekte von Breathwork sowie der Bestätigung der freiwilligen Teilnahme. Bitte lies die folgenden Informationen sorgfältig durch. Mit der Zusendung des Onlineformulars bestätigst du, dass du die Inhalte verstanden hast und eigenverantwortlich an der Session teilnimmst.

1. Beschreibung der Atemreise (Breathwork-Session)

Breathwork bezeichnet Atemtechniken, bei denen durch bewusst gesteuerte Atmung physiologische und psychische Prozesse aktiviert werden können. Während einer Session können unter anderem folgende Erfahrungen auftreten: Kribbeln in Händen oder Füßen, Schwindel, emotionale Reaktionen, Muskelanspannungen, veränderte Wahrnehmung oder intensive emotionale Prozesse. Diese Reaktionen sind grundsätzlich möglich und in der Regel vorübergehend.

2. Gesundheitliche Voraussetzungen und Kontraindikationen

Die Teilnahme an intensiven Atemtechniken ist nicht für jede Person geeignet. Ich bestätige, dass ich aktuell keine der folgenden Erkrankungen habe – oder dass ich vor der Teilnahme eine ärztliche Freigabe eingeholt habe:

- Herzkrankheiten oder Herzrhythmusstörungen
- Schwere Hypertonie (Bluthochdruck)
- Epilepsie oder Krampfanfälle
- Schlaganfall oder Aneurysmen
- Schwere Atemwegserkrankungen (z. B. schweres Asthma oder COPD)
- Schwere psychische Erkrankungen (z. B. Psychosen, bipolare Störung, Schizophrenie)
- Kürzlich durchgeführte Operationen
- Schwere Migräne oder neurologische Erkrankungen
- Schwangerschaft

3. Eigenverantwortung der Teilnehmerin/des Teilnehmers

Ich bestätige, dass ich freiwillig an der Atemreise teilnehme. Ich bin mir bewusst, dass ich jederzeit eine Pause einlegen oder die Teilnahme abbrechen kann. Ich verpflichte mich, auf meinen Körper zu achten und die Anweisungen der Kursleitung zu befolgen.

4. Kein Ersatz für medizinische Behandlung

Ich verstehe, dass Breathwork keine medizinische, psychologische oder therapeutische Behandlung ersetzt. Die angebotenen Atemreise dienen ausschließlich der Selbsterfahrung, Entspannung und persönlichen Entwicklung. Bei gesundheitlichen Beschwerden wende ich mich an qualifiziertes medizinisches Fachpersonal.

5. Haftungsausschluss

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Der Veranstalter sowie die Kursleitung übernehmen keine Haftung für körperliche oder psychische Beschwerden, die im Zusammenhang mit der Teilnahme entstehen, sofern diese nicht auf grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz zurückzuführen sind.

6. Datenschutz

Die im Rahmen dieses Formulars erhobenen personenbezogenen Daten werden ausschließlich für organisatorische Zwecke und zur Gewährleistung der Sicherheit während der Session verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

7. Zustimmung

Mit meiner Einwilligung bestätige ich, dass ich diese Erklärung gelesen habe, den Inhalt verstehe und freiwillig an der Atemreise teilnehme.