

Verbindliche Anmeldung*

Name:

Vorname:

Adresse:

PLZ/Ort:

Geburtsdatum:

E-Mail:

Telefon privat:

Handy:

Krankenkasse:

Zusatzversicherung:

* Bitte vollständig ausfüllen

Kursinhalt:

Pilates Training 60 Min.

50 Min. Training (Warm Up – Übungen – Ausklang)
und je 5 Min. Auf- resp. Abbau der Trainingseinheit

Kursauswahl:

- | | | |
|-----------------------|------------|-------------------|
| ☐ | Montag | 09.00 – 10.00 Uhr |
| ☐ | Montag | 18.00 – 19.00 Uhr |
| ☐ | Montag | 19.15 – 20.15 Uhr |
| ☐ | Mittwoch | 18.00 – 19.00 Uhr |
| ☐ | Mittwoch | 19.15 – 20.15 Uhr |
| ☐ | Donnerstag | 18.00 – 19.00 Uhr |
| ☐ | Donnerstag | 19.15 – 20.15 Uhr |
| ☐ | Freitag | 09.00 – 10.00 Uhr |

Bitte gewünschten Kurs ankreuzen. Ein Kurswechsel innerhalb eines Trainingsblocks ist in Ausnahmefällen möglich und bedarf einer vorgängigen Absprache mit der Kursleiterin.

Kursablauf:

- In bequemer (enger) Kleidung kommen, Antirutschsocken mitnehmen
- Wenn möglich umgezogen erscheinen, ca. 10 Minuten vor Beginn.
- Umziehmöglichkeiten im Studio andernfalls vorhanden.
- Idealerweise ca. 1-2 Stunden vor Beginn nur leichte Kost einnehmen
- Trainingsmatten und benötigtes Equipment werden bereitgestellt.

Kurskosten:

Trainingseinheiten à 60 Minuten **CHF 35.-**

Teilnehmerzahl: maximal 10 Personen, mindestens jedoch 5

Die Allgemeinen Bedingungen (AGB's) zur Teilnahme an den Pilates Kurseinheiten sind integraler Bestandteil dieser Anmeldung. Darin sind u.a. geregelt Zahlungskonditionen, Haftung/Versicherung (Sache der Teilnehmerin), Rücktritt von der Anmeldung, Datenschutz etc.

Ich melde mich definitiv für den auf der Vorderseite angekreuzten Kurs an.

Mit meiner Unterschrift bestätige ich insbesondere:

- Ich habe die Allgemeinen Bedingungen zur Teilnahme an den Pilates Kurseinheiten gelesen, verstanden und akzeptiert
- Den Gesundheitsfragebogen wahrheitsgemäss ausgefüllt und beigelegt.

WICHTIG

Falls sich Ihr physischer Zustand nach dem Kursanfang verändert und andere für das Pilates relevante Befunde erhoben werden, gilt es dies unverzüglich der Kursleiterin zu melden.

Ferner nimmt die Trainerin für mögliche Verletzungen während der Teilnahme am Training keine Verantwortung falls:

- a) Ihr Arzt Ihnen aus gesundheitlichen Gründen von solchen Übungen abgeraten hat
- b) Sie die Ratschläge für ein sicheres Training nicht beachtet haben
- c) Die Verletzung von einer anderen Teilnehmerin verursacht wurde

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Die Trainingseinheiten basieren auf den Konzepten von PilatesCare und Authentic Pilates Method.



Andreja Gajic
Physiotherapeutin, M.Sc.
Sportphysiotherapeutin
Pilates Instruktörin

 **Physiotherapie und Pilates Autentico GmbH**
 044 482 04 32
 079 328 40 14
 info@physio-autentico.ch
autentico@hin.physio (datenschutzkonform)