

## Anmeldung für Präventionskurs nach § 20 SGB V

Kurs-ID: 20180818-1036785

**Mit dieser Anmeldung melde ich mich verbindlich für den folgenden Kurs an:**

**Präventionskurs „Hatha-Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger“ mit Matthias Koll**

Freitag, den 26. Juni bis 14. August 2020 – jeweils 18:30 bis 20:00 /  
8 Einheiten á 90 Minuten - Kursgebühr € 110,-

**+++ Anmeldefrist: Montag, 19. Juni 2020 +++**

**Verpasste Einheiten können nicht ausbezahlt werden.**

*Bei regelmäßiger Teilnahme kann der Kurs von der gesetzlichen Krankenkasse in der Regel einmal jährlich bezuschusst werden.*

**Wenn du an einer Kostenübernahme deiner Krankenkasse interessiert bist, frage bitte vorab bei deiner Kasse nach, ob und in welcher Höhe der Kurs erstattet wird. Ich kann keine Gewähr für eine Kostenübernahme der Kasse übernehmen.**

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Adresse, PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Krankenkasse: \_\_\_\_\_

Telefon (tagsüber): \_\_\_\_\_ Mobil: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass mein Gesundheitszustand die Teilnahme an Yoga-Kursen erlaubt, ich die Informationen auf Seite 2 und 3 gelesen habe und zustimme.**

\_\_\_\_\_  
Ort/Datum Unterschrift, Name Teilnehmer/in

**Für die verbindliche Anmeldung überweise bitte die Kursgebühr bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn an u.a. Bankverbindung und sende mir das Anmeldeformular zeitgleich an u.a. Adresse oder Mail-Postfach zurück oder gib es im Yogaboot7 persönlich ab.**

**Vielen Dank**

**Matthias Koll**

**Tel.: 0176 615 45 615**

**Mail: [Koll.matthias@gmail.com](mailto:Koll.matthias@gmail.com)**

**Konto: GLS Bank**

**IBAN: DE11 4306 0967 4131 4479 00 BIC GENODEM1GLS**

## **Informationsblatt zum Präventionskurs „Hatha- Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger“ nach § 20 SGB.**

**Preis:** 8 x 90 Min - € 110,-

### **Anmeldeverfahren:**

**Verbindlich angemeldet ist,** wer mir das Anmeldeformular geschickt UND die Kursgebühr bis zur Anmeldefrist überwiesen hat.

**Anmeldefrist:** 1 Woche vor Kursbeginn.

Ich melde mich, wenn der Kurs bereits ausgebucht ist oder wegen zu weniger Anmeldungen nicht zustande kommt.

**Platzvergabe:** Sollte ein Kurs ausgebucht sein, gilt die Reihenfolge der eingegangenen Anmeldungen und Zahlungseingänge für die Platzvergabe. Wie schnell ein Kurs ausgebucht ist und bis wann man sich spätestens anmelden muss, kann ich leider nicht voraussehen.

**Bezuschussung der gesetzlichen Krankenkassen:** Gesetzliche Krankenkassen bezuschussen „Hatha Yoga Kurse“ als Präventionskurse zur Stressreduktion und Entspannung. Ob, wie oft und in welcher Höhe pro Jahr ein Kurs bezuschusst wird, ändert sich fast jährlich und ist von Kasse zu Kasse unterschiedlich. Diese Informationen erhältst du direkt von deiner. **Wichtig ist dabei die Nennung des Namens der Kursleitung** (nicht das Yogaboot 7 als Anbieter).

**Voraussetzung für die Zuschussung** ist die mindestens 70 – 80 %-ige Teilnahme an einem Kurs - also mindestens 6 oder 7 von 8 Einheiten (Je nach Krankenkasse unterschiedliche Regelungen). Der Anbieter kann keine Gewähr zur Zuschussung übernehmen.

Die Kursleitung führt während des Kurses eine Anwesenheitsliste, auf der sich die Teilnehmenden selbst eintragen. Anhand dieser Liste kann am Ende des Kurses nachvollzogen werden, wer die Mindestteilnahme erfüllt.

**Teilnahmebescheinigung und Erstattung:** Nach Kursende werden die Teilnahmebescheinigungen den Teilnehmenden ausgestellt. Wer keine E-Mail-Adresse hat, bekommt die Bescheinigung per Post geschickt. Aus diesem Grund ist die vollständige Nennung der persönlichen Daten auf dem Anmeldeformular erforderlich. Sie ergänzen die Bescheinigung mit eurer Versicherungsnummer, dem Geburtsdatum, ihrer Bankverbindung und Unterschrift und sendet die Bescheinigung an eure Kasse weiter.

**Verpasste Einheiten** Verpasste Einheiten können nicht ausbezahlt oder im Folgekurs drangehängt werden. Es ist kein Nachholen in einem anderen Kurs möglich. Das gilt leider auch im Krankheitsfall.

### **Welche Vorteile hat ein Präventionskurs mit fester Anmeldung und einer regelmäßigen Laufzeit?**

- Besonders für (Wieder-)EinsteigerInnen gibt ein fester Kurs am Anfang einen systematischeren Einblick in die Inhalte des "Hatha Yoga"
- Ihr übt in regelmäßigen Abständen und einer festen Gruppe mit euch bekannten Teilnehmenden
- Die Einheiten bauen systematisch aufeinander auf und für Erklärungen ist mehr Zeit als in den offenen Kursen
- Auf körperliche Besonderheiten und Wünsche kann besser eingegangen werden

**Für wen ist ein fester Präventions-Kurs nicht geeignet?**

- Wer von vorneherein weiß, dass sie/er nicht regelmäßig an einem festen Termin in der Woche teilnehmen kann.
- Wer unregelmäßige Arbeitszeiten hat und deshalb von unserem offenen Kurssystem mit den flexiblen 10er- Karten mehr profitiert.
- Wer bereits sehr viel Yogaerfahrung hat, sich körperlich gerne stärker fordert, sich in den Asanas (Körperübungen) recht sicher fühlt und diese lieber in einem Mittelstufen-Kurs erweitern und vertiefen möchte.

**Mitbringen** brauchst du lediglich bequeme Kleidung. Matten, Decken, Sitzkissen etc. sind vor Ort ausreichend vorhanden. Wasser und Tee sind inklusive. Über die aktuellen Entwicklungen bzgl. der Corona-Auflagen, informieren ich euch rechtzeitig.

**Rücktritt:**

Ein Rücktritt und die Erstattung der Kursgebühr sind nur bis zu 7 Tagen vor Kursstart möglich. Das gilt leider auch im Krankheitsfall.

**Kursort** ist das Yogastudio Yogaboot 7 in der Hauptstraße 7, 45527 Hattingen

**Zu spät kommen – Bitte Entspannungssequenz vor der Tür abwarten:** Der Kursraum ist 15 Minuten vor Kursbeginn geöffnet. Jede Einheit startet pünktlich mit einer Entspannungssequenz. Um die Gruppe in der Entspannung nicht zu stören, möchten ich dich bitten die Entspannungssequenz von ca. 10 Min. vor der Tür abzuwarten, falls du einmal zu spät kommst.

**Parken:** Leider verfügt das Yogaboot 7 nicht über eigenen Parkplätze. Wer mit dem Auto kommt, muss Zeit für die Parkplatzsuche mitbringen.

**Wenn du darüber hinaus Fragen hast, meldet dich gerne per Mail.**

Ich freue mich auf Dich!

Matthias Koll  
Yoga Lehrer (BYV)  
Suchttherapeut  
Entspannungstrainer für Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

Matthias Koll  
Saladin-Schmitt Str. 43  
44789 Bochum  
Koll.matthias@gmail.com